O DIA

odia.com.br | DOMINGO, 9/3/2025 | Nº 26.544 | R$ 4,00 | 2ª EDIÇÃO

ESPERTEZA
DEPUTADOS DIMINUEM PODER DO PARLAMENTO ÀS VÉSPERAS DOS 40 ANOS DA REDEMOCRATIZAÇÃO
UM OLHAR SOBRE O RIO, P. 10

DMULHER

PRONTÍSSIMA PARA NOVOS PROJETOS

GUSTAVO MARROS LEMARA / DIVULGAÇÃO

Depois da série 'Sintonia', Bruna Mascarenhas avisa: "Tudo que eu puder experimentar e me desafiar, estou dentro". P. 4 E 5

DE OLHO NO BOLSO

Veja dicas para fazer compras sem estourar seu orçamento

Cidade do Rio segue com a cesta básica mais cara do país, segundo pesquisa. Consumidores compartilham mudanças de hábitos enquanto especialistas dão orientações para lidar com a alta de preços. **ECONOMIA, P. 11**

POLÍCIA REALIZA AÇÕES DE COMBATE À VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER
RIO DE JANEIRO, P. 6

SAIBA COMO SE PROTEGER DE GOLPES VIRTUAIS. P. 4

PASSAGEIROS AVALIAM UM ANO DO TERMINAL GENTILEZA
RIO DE JANEIRO, P. 5

ATAQUE



FLUZÃO ESTÁ PERTINHO DA DECISÃO

Tricolor de Canobbio pode perder por até três gols de diferença para o Volta Redonda, hoje, às 18h, no Raulino de Oliveira. P. 14



MENGÃO NA FINAL DO CARIOCA

Com gols de Bruno Henrique e Luiz Araújo, Rubro-Negro vence o Vasco no Maracanã e garante classificação: 2 a 1. P. 16

GARDÊNIA **CAVALCANTI**
DMULHER, P. 2
Confira dicas para desintoxicar o organismo depois de curtir a folia



BISPO **ABNER** FERREIRA
CAMINHO DA SABEDORIA, P. 7
Questão não é se teremos dificuldades, mas como responderemos a elas



SIDNEY **REZENDE**
INFORME DO DIA, P. 2
Insatisfeitos dizem que a inexperiência política de Gabriel David o atrapalha



JOÃO ADOLFO **DE SOUZA**
FALANDO DE APOSENTADOS, P. 6
Antecipação de R$ 150 do INSS já foi feita por 175 mil pessoas



ANA **CARLA** GOMES
CRÔNICA, P. 9
Sou fã de Fernanda Torres e de Selton Mello por não fingirem costume



Por que um gato precisa de outro?

Apesar do estereótipo de que são animais solitários, os felinos podem se beneficiar muito da convivência com outros da mesma espécie. P. 13

Automania

ATENÇÃO ÀS MULTAS DO CARNAVAL

Notificação pode não chegar no prazo durante esse período. P. 8

CARNAVAL 2025 favela

ANO QUE VEM TEM MAIS!

Anitta arrasta mais de um milhão de pessoas no último fim de semana de folia. P. 3

PASSISTA COM NANISMO É ALVO DE PRECONCEITO. P. 3

InformedoDia

Sidney Rezende

Com participação de:
CLAUDIA VILLAS BOAS

■ e-mail: informe@odia.com.br ■ www.odia.ig.com.br/colunas/informe-do-dia

CARNAVAL

Gabriel está no meio do furacão

O Carnaval é caprichoso. Parece ser palco de luz, mas é cheio de sombras. Gabriel David, presidente da Liesa, se empenhou para começar um ciclo e apostou na renovação. O nome Gabriel no hebraico "Gavri'el" significa 'fortaleza de Deus'. O jovem, de 27 anos, assistiu à vitória da "sua" Beija-Flor e viu a emoção da despedida de Neguinho. Jesus deixou o ensinamento: "Eu lhe digo a verdade: quando você era jovem, podia agir como bem entendia; vestia-se e ia aonde queria. Mas, quando for velho, estenderá as mãos e outros o vestirão e o levarão aonde você não quer ir". Os insatisfeitos do Carnaval, nos bastidores, acusam que a inexperiência política de Gabriel o atrapalha. Ele não percebe que deveria respeitar os mais experientes e ouvir a todos.

THALITA QUEIROZ



Gabriel David, que preside a Liesa, é filho de Anísio Abrahão David, presidente de honra da Beija-Flor

PRONTUÁRIOS MÉDICOS FICAM MAIS ACESSÍVEIS

Os pacientes de unidades de saúde públicas ou privadas do estado do Rio poderão solicitar imagens ou digitalização do prontuário médico, sem precisar de justificativas prévias. A medida complementa lei que dispõe sobre o direito dos usuários de serviços de saúde no Estado, mas não estabelecia prazo e outras regulamentações. Segundo o deputado Carlos Minc (PSB), autor do projeto, a falta de regulamentação dificultava o acesso ao documento.

DIVULGAÇÃO



Carlos Minc atualizou lei para facilitar acesso a informações médicas

URGÊNCIA MAIS HUMANIZADA EM HOSPITAIS E CLÍNICAS AGORA É LEI

A Semana de Conscientização para Ações de Humanização em Unidades de Urgência e Emergência agora faz parte do calendário oficial do estado do Rio. A data, criada a partir de projeto do deputado Danniel Librelon (REP), será comemorada anualmente na última semana de novembro.

POLUIÇÃO NA LAGOA DE ARARUAMA PREOCUPA PV

As águas poluídas da Lagoa de Araruama, na Região dos Lagos do Rio, levou o Partido Verde a pedir uma audiência pública na Câmara de Vereadores de São Pedro da Aldeia. A intenção é debater os critérios e os processos de emissão das licenças ambientais e seus impactos no sistema lagunar.

PICADINHO

A Associação Brasileira para Desenvolvimento das Atividades Nucleares recruta voluntários para o Nuclear Trade & Technology Exchange, que será de 20 a 22 de maio.

O Centro Brasileiro da Construção em Aço (CBCA) recebe até amanhã inscrições para todas as turmas dos seus cursos on-line.

De amanhã até o dia 14, o Botafogo Praia Shopping oferecerá palestras, rodas de conversa, meditação, aulas de automaquiagem e oficinas, a partir das 18h.

Alerta no Dia Mundial do Rim

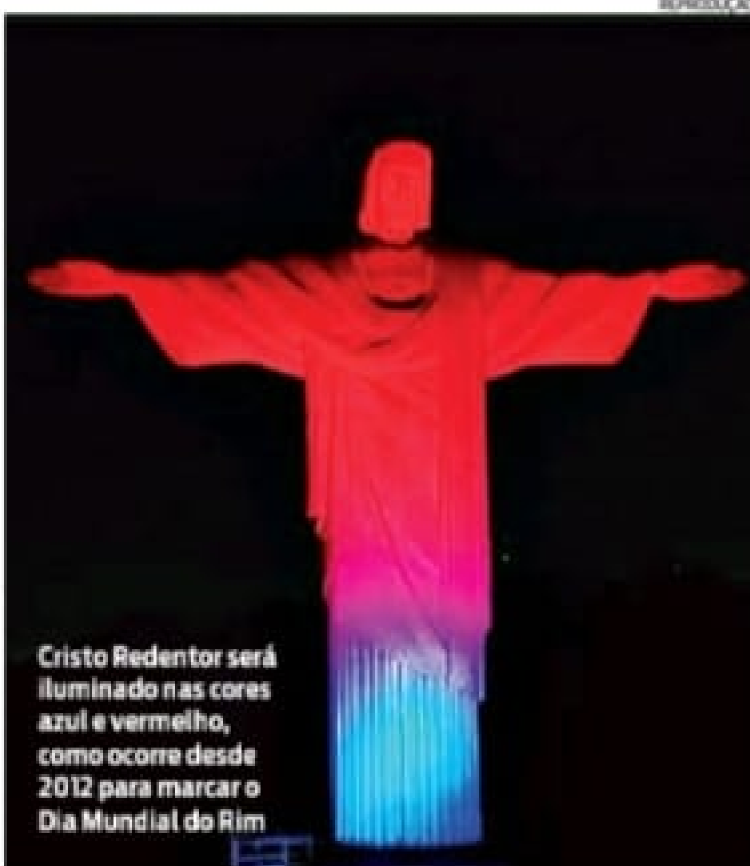
Doença Renal Crônica afeta mais de 20 milhões de brasileiros. Rio realizará ações

A campanha global do Dia Mundial do Rim, que completa 19 anos, será celebrada na próxima quinta-feira, 13 de março, com destaque para o Cristo Redentor, que será iluminado nas cores azul e vermelho a partir das 20h, como ocorre desde 2012. A Sociedade de Nefrologia do Estado do Rio de Janeiro (SONERJ), em parceria com a Sociedade Brasileira de Nefrologia (SBN), realizará outras ações no Brasil para conscientizar sobre a Doença Renal Crônica (DRC) e ampliar o acesso ao tratamento.

ROCINHA

No sábado, 15, a partir das 9h, médicos e enfermeiros realizarão exames de creatinina e atividades educativas na Oficina do Sucesso, na Rocinha. Já no domingo, 16, a ação ocorrerá em frente ao Copacabana Palace, com mais exames e atividades para famílias.

REPRODUÇÃO



Cristo Redentor será iluminado nas cores azul e vermelho, como ocorre desde 2012 para marcar o Dia Mundial do Rim

A DRC afeta mais de 20 milhões de brasileiros e, muitas vezes, não apresenta sintomas nas fases iniciais. Por isso, o objetivo da campanha deste ano, que em 2025 será focada no tema 'Seus rins estão ok? Faça exame de creatinina para saber', é promover o diagnóstico precoce e garantir que mais pessoas recebam tratamento adequado.

O exame de creatinina é essencial para detectar problemas

O exame de creatinina é essencial para detectar problemas renais desde os primeiros estágios da doença. Ele está disponível na rede pública de saúde e pode salvar vidas ao identificar a DRC antes do aparecimento dos sintomas.

No entanto, o acesso ao tratamento continua sendo um grande desafio, especialmente devido ao subfinanciamento crônico da área no SUS.

Melhores condições de atendimento

> A Sociedade Brasileira de Nefrologia tem pressionado os gestores públicos para melhorar as condições de tratamento, pois, atualmente, cerca de 50 mil brasileiros morrem anualmente por falta de atendimento adequado nas unidades de saúde.

O Dia Mundial do Rim é uma iniciativa da Federação Mundial de Fundações do Rim (IFKF) e da Sociedade Internacional de Nefrologia (ISN), coordenada no Brasil pela SBN e suas regionais.

O DIA Online — As mais lidas

Ex-jogador da Seleção de vôlei, Bruninho se refresca em praia no Rio
CELEBRIDADES

Carol Peixinho posa ao lado de Thiaguinho no Marrocos
CELEBRIDADES

Passista da Viradouro com nanismo é alvo de preconceito nas redes sociais
CARNAVAL

Anitta arrasta 1,1 milhão de foliões com megabloco no Centro do Rio
CARNAVAL

Angelica e Luciano Huck celebram 20 anos do filho Joaquim: 'Orgulho'
CELEBRIDADES

O DIA

ATENDIMENTO AO LEITOR E ASSINATURA: 21 98921-4985 - E-MAIL: faleconosco@odia.com.br

PRESIDENTE
Alexandre Rodrigues

JORNALISTA RESPONSÁVEL
Edmo Junior

EDITORA-ASSISTENTE
Ana Carla Gomes

SUBEDITORA
Renata Cnaindia

EDITOR-ASSISTENTE DE ARTE
Sidinei Nunes

DEPARTAMENTOS:
Agência O DIA: E-mail: agencia@odia.com.br.
Venda de fotos e textos: 2222-8021, 2222-8560 e 2222-8265.
Fax Diretoria: 2507-1038.
Parque Gráfico: 3891-6000. Av. Dom Hélder Câmara, 164 Benfica. Gerência Industrial: 3891-6002.
Gerência de Circulação e Logística: 3891-6005.
Preço de venda em banca:
(dias úteis) Capital e Região Metropolitana: R$ 2,00. Interior do Estado e outros estados: R$ 2,00
(domingos) Capital e Região Metropolitana: R$ 4,00. Interior do Estado e outros estados: R$ 4,00.
Exemplares atrasados: Capital: Preço de capa - Demais localidades: preço de capa + postagem. Mais informações: Tels: (21) 2222-8086/2222-8136 - Central de Promoções - Av. Dom Hélder Câmara 164 Benfica, (Parque Gráfico O DIA) - das 9h às 17h.
São Paulo: Avenida Iraí 300 - Sala 306 - Indianópolis CEP: 04082-000. Tel: 11 99505-0105.
Brasília: Tel. (61) 9920-91891.
Promoções: promocoes@odia.com.br
Classificados: Tel: 21 98762-8279/WhatsApp 98921-4985. De 2ª a 6ª, das 9h às 18h. E-mail: anuncie@odia.com.br. Todos os cadernos de classificados somente circulam na cidade do Rio e no Grande Rio.
Anúncios de Noticiário: 21 98762-8277 / 21 98762-8242 / 21 99505-2530.
Anúncios para o interior: 2222-8279 - Negociações com agência: 2222-8388.
Outros estados: 2222-8279 - De 2ª a 6ª, das 10h às 18h.
Atendimento ao jornaleiro: 3891-6012 - De 2ª a 6ª, das 8h às 12h30 e das 13h30 às 17h.
Editora O DIA LTDA. Av. Dom Hélder Câmara, 164 Benfica - Rio de Janeiro - RJ.
O DIA é filiado ao Instituto Verificador de Circulação (IVC).

ESPECIAL

ALERTA PARA GOLPES VIRTUAIS

Brasil é o segundo maior alvo de hackers do mundo, de acordo com pesquisa. Atriz Mel Maia revelou ter sido vigiada em casa, após sua mãe ter conta invadida

ARTE PAULO MÁRCIO



Uma mensagem que chega contendo link suspeito, dados que vazam na internet de um dia para o outro, ofertas com descontos imperdíveis. Basta um clique para que criminosos tenham acesso aos dados privados de usuários da internet. Cada vez mais frequentes, mais de 1,9 milhão de estelionatos foram registrados em 2023, o que equivale a um golpe a cada 16 segundos, segundo o Fórum Brasileiro de Segurança Pública. O número passou por um aumento de 8,2% em relação ao ano anterior.

Além das armadilhas usuais, novas ameaças continuam surgindo em sistemas de dispositivos que antes pareciam impenetráveis. No início do mês, pesquisadores da empresa russa Kaspersky, referência na produção de softwares, encontraram pela primeira vez no sistema iOS, usado no iPhone, um vírus capaz de ler imagens do celular. O SparkCat, como foi chamado, consegue roubar os dados e senhas de aplicativos, a partir da leitura de capturas de tela armazenadas nas galerias dos smartphones.

Essas ameaças invisíveis se espalham por sites e mensagens que parecem inofensivas, tornando qualquer pessoa uma possível vítima, inclusive figuras públicas. A atriz Mel Maia, de 20 anos, revelou recentemente que foi vigiada por hackers através das câmeras de sua casa, no Rio de Janeiro. O acesso foi possível após sua mãe, Débora Maia, ter a conta invadida, permitindo que a pessoa comprometesse o sistema e espionasse a residência da artista.

O caso levanta a questão para a falta de segurança na internet, uma vez que o país é o segundo mais atacado por hackers no mundo, como mostrou um relatório de Inteligência de Ameaças da NetScout, especialista em soluções de cibersegurança. E esse ambiente propício para invasões também tem facilitado a explosão de golpes digitais.

'O CRIME SE DIGITALIZOU'

Dados do Fórum de Segurança Pública de 2024 mostram que houve um aumento em 360% dos golpes virtuais desde 2018. Para o especialista em Tecnologia e Inovação Arthur Igreja, esse cenário é explicado pela digitalização dos hábitos.

"Hoje, tudo acontece on-line. Segundo, passamos a ter muita transação de dinheiro, pix. Os golpistas desenvolvem novas técnicas, acessam mais pessoas. Tem muito a ver com isso, com a digitalização, com o fluxo financeiro ser on-line, o crescimento das redes sociais, de aplicativo de mensagem como o WhatsApp. O crime também se digitalizou", explica.

Reportagem da estagiária **Luana Neves**, sob supervisão de **Ana Carla Gomes**



É primordial registrar boletim de ocorrência. Tem que verificar o tamanho do prejuízo, checar nas agências bancárias que tem conta, se foi feita uma dívida, um empréstimo, financiamento"

ARTHUR IGREJA, especialista em Tecnologia e Inovação

'Encontraram meu nome no Serasa'

> Sem alvo definido, os golpes digitais, às vezes, deixam apenas os rastros de prejuízo às vítimas. Morador do Rio, o engenheiro civil Sidnei Pilatti, de 29 anos, relatou que seu nome foi usado para emitir um cartão de crédito que chegou a ter um gasto de mais de 2 mil reais.

"Fui locar um equipamento para iniciar uma obra e, ao consultarem meu CPF para ver possíveis débitos, encontraram meu nome no Serasa, constando uma dívida junto ao banco", contou. "Eu sabia que eles não tinham permissão para sujar o meu nome, então após tentar resolver o problema junto ao banco e não conseguir, busquei um advogado", disse.

TODO CUIDADO É POUCO

Para se manter protegido no ambiente digital, é necessário estar atento. "Tem que ter sistema atualizado, senhas robustas, biometria, todos os cuidados básicos", orienta o especialista Arthur Igreja. "É preciso partir do pressuposto que isso pode acontecer a qualquer momento".

No entanto, caso aconteça um golpe, a vítima deve procurar uma delegacia de polícia próxima. "É primordial registrar boletim de ocorrência. Tem que verificar o tamanho do prejuízo, checar nas agências bancárias que tem conta, se foi feita uma dívida, um empréstimo, financiamento. O usuário tem que buscar respaldo para realizar o bloqueio", alerta.

Embora os golpes aconteçam a qualquer momento, a falta de conhecimento pode ser um fator que aumente a vulnerabilidade dos usuários, de acordo com Arthur Igreja.

"Normalmente, cair em um golpe é um deslize. Se receber uma oferta, busque o site, o perfil oficial. A pessoa recebe um link que tem um encurtador e é uma loja falsa."

RASTREABILIDADE

Brechas na legislação

■ Ainda segundo Arthur Igreja, as brechas na legislação tornam os golpes viáveis. "Há muitos anos atrás, era possível comprar um chip de celular sem fazer cadastro. Isso abriu uma porta para os celulares em prisão, para uma série de práticas de golpe", afirma.

Nesse sentido, o especialista destaca que a falta de leis mais atualizadas cria um ambiente propício para que ocorram os crimes digitais. "A partir da hora que é preciso apresentar CPF ou CNPJ, passa a existir uma certa rastreabilidade do que está sendo feito. A legislação deveria estar mais atenta a esse aspecto", aponta.

O meio de defesa mais recente para a segurança dos dados no Brasil é a Lei de Proteção de Dados (LGPD), lei 13.709/18, que foi colocada em vigor em 2020. A norma surgiu para proteger a privacidade e os dados pessoais dos indivíduos no país, estabelecendo regras para coleta, tratamento, armazenamento e compartilhamento de dados pessoais, como CPF, RG, e-mail, entre outros.

WALERIA DE CARVALHO
waleria.carvalho@odia.com.br

'GENTILEZA' GERA MENOS TEMPO NO TRANSPORTE

Pouco mais de um ano depois da inauguração do terminal, em 24 de fevereiro de 2024, passageiros avaliam mudanças e afirmam que iniciativa trouxe qualidade de vida

Qualidade de vida é o que todos querem, se for acompanhada de uma economia no bolso, melhor ainda. O Terminal Gentileza, inaugurado há pouco mais de um ano, está deixando os trabalhadores mais contentes e com tempo para fazer várias coisas como disse ao **DIA** a cabeleireira Shirley Maria da Silva, de 51 anos, que levava duas horas para chegar da Pavuna até a Tijuca e agora com 55 minutos está leve e plena no seu destino. "Eu levava quase duas horas para chegar ao trabalho. E na ida, pegava uma condução para Pavuna, depois o metrô, era aquele inferno. Agora, o trajeto ficou apenas em 55 minutos e ainda tem a história de economizar na passagem. Agora consigo ter tempo até para fazer academia", comemora.

A cuidadora de idosos Lourdes Alves, de 57 anos, mora em Honório Gurgel e afirma que sua qualidade de vida melhorou muito. "Com certeza, melhorou muito. Eu pego o ônibus em Irajá, o 362, em Honório, desço em Irajá, pego o BRT, consigo pegar o Expresso ainda, desço aqui no Gentileza e pego o BRT. Só pago uma passagem. Além disso, diminuiu em duas horas a minha jornada porque a Avenida Brasil está toda parada e com o BRT não tem engarrafamento. Ele vai embora. A melhor coisa que inventaram foi o BRT e o VLT".

O aposentado José de Castro também acredita que o Gentileza melhorou a vida de muita gente. "Acho um bom investimento. Antes eu só usava o trem e, com o terminal, eu passei a pegar o BRT e passar por aqui porque economiza tempo. Mas o que eu questiono é o problema crônico do Rio de Janeiro que é o alimentador (condução antes de chegar ao terminal). Sou morador de Realengo e foi um sacrifício para pegar um ônibus. Mas o sistema é legal no Centro. Quando é na Zona Oeste complica mais. Fiquei quase uma hora esperando o ônibus. Tomara que com o tempo resolvam isso".

Gerente de uma loja de café e pão de queijo, Bianca Bezerra, de 24 anos, viu a sua vida mudar completamente depois que conseguiu esse emprego, em meados de junho do ano passado. Moradora em Bangu, ela pega o BRT e leva apenas 30 minutos para chegar ao Gentileza. Antes, Bianca trabalhava numa banca de sete horas da noite às sete da manhã.

"Nossa! Me ajudou muito. Conforme as lojas aqui vão abrindo, mais emprego para as pessoas. O Terminal Gentileza é muito bom mesmo. Foi essencial para muita gente. Falo de coração", diz ela, que é mãe de dois filhos e consegue tempo para cuidar deles e agora pensa em cursar uma faculdade.

Trabalhadores sentem no bolso e no tempo de trajeto os benefícios do novo terminal

O nome e o projeto do terminal fazem referência a José Datrino, o Profeta Gentileza, conhecido pelas inscrições que eternizou nas colunas dos viadutos do Gasômetro e da Perimetral. A mais famosa delas é a frase 'Gentileza gera Gentileza', que compõe a identidade visual do Terminal Gentileza. No local, outras frases com alusão à palavra gentileza.

FOTOS DE PEDRO TEIXEIRA



A cuidadora de idosos Lourdes Alves, de 57 anos, afirma que sua qualidade de vida melhorou muito

APROVADO

Marca de 14 milhões de viagens realizadas, sendo 152 mil feitas diariamente

■ O Terminal Intermodal Gentileza – que conecta os serviços do BRT Transbrasil, ao da linha 1 e 4 do Veículo Leve sobre Trilhos (VLT) e de 27 linhas de ônibus municipais – fez um ano de operação no dia 24 de fevereiro de 2025.

O integrador alcançou a marca das 14 milhões de viagens realizadas, desde sua inauguração, com 152 mil feitas diariamente.

ESTRUTURA

O Terminal Gentileza é acessível e tem dois andares: o térreo é dedicado à chegada de todos os modais. Na parte superior, estão bilheterias, banheiros, cerca de 80 lojas e a sala de espera para o serviço especial Terminal Gentileza/Aeroporto Internacional do Galeão (GIG). São três passarelas (Rodoviária, Rua São Cristóvão e Avenida Brasil) e mais um acesso pela Avenida Francisco Bicalho.

Com a construção do Terminal, o VLT foi expandido. A Linha 1, que parte do Aeroporto Santos Dumont, ganhou mais um trecho para chegar ao terminal, além disso foi criada a Linha 4, para fazer a conexão com a Praça XV, onde está localizado o terminal das barcas. O Gentileza tambem conecta ônibus e o BRT Transbrasil.


José de Castro só reclama que a condução antes de chegar ao terminal demora


Com o emprego no terminal, Bianca Bezerra consegue dar mais atenção a seus filhos

FERNANDO MANSUR
ALEGRIA NO AR

TERAPEUTAS E ESSÊNIOS

Os que se interessam por espiritualidade já devem ter pesquisado sobre essas duas importantes seitas da era pré-cristã, bem pertinho da época em que Jesus nasceu.
No livro "Fragmentos de uma fé esquecida", G.R.S. Mead traça um amplo e bem documentado panorama sobre o pano de fundo do Gnosticismo, outro importantissimo movimento espiritual, cujas bases repousavam no tripé Egito, Grécia, Judéia, e que vicejou principalmente os três primeiros séculos d.C. Esses ensinamentos, em sua maioria, foram considerados heréticos pela ortodoxia e retirados de circulação. Entretanto, descobertas de material desse período, que vêm ocorrendo nos últimos tempos, revelam a preciosidade desses ensinamentos.
Duas dessas descobertas foram: A Biblioteca de Nag Hammadi (Egito) em 1945, e os já famosos Manuscritos do Mar Morto, encontrados nas cavernas de Qumran. Hoje já há muitos livros comentando o conteúdo encontrado.
Terapeutas e essênios eram profundamente religiosos e voltados para o divino e levavam uma vida muito frugal, longe das perturbações do mundo. "Professavam a arte de cura superior àquela em uso comum, já que curavam almas e corpos."
Autores de vários paises vêm se dedicando a recuperar esse conhecimento sagrado, o que não tem sido fácil:
"No entanto, o esforço deve ser feito e devemos lutar para superá-lo; pois a grandeza e virtude desses homens e mulheres não deve ser motivo de silêncio para aqueles que consideram correto que nenhuma coisa boa deva ser silenciada", escreve Mead.
No Brasil, a Editora Garbha-Lux está publicando livros sobre o Gnosticismo (veja o site), o mais recente deles sendo: A GNOSIS DA LUZ do BRUCE CODEX – O Apocalipse e os Livros de Ieu editados por Carl Schmidt, de Alberto Brum e Alaya Dullius.

Fernando Mansur: Radialista. Escritor. Professor. Graduado em Letras pela Universidade Católica de Minas Gerais (Ponte Nova). Mestre e doutor em Comunicação pela UFRJ.
Canal no YouTube: Cá Entre Nós na TV

Coluna
Falando de Aposentados



■ site:
odia.ig.com.br/colunas/
falando-de-aposentados

■ e-mail:
falandodeaposentados@
odia.com.br

JOÃO ADOLFO DE SOUZA

João Adolfo de Souza, YouTuber, Especialista em Finanças

VALORES EXTRAS

ANTECIPAÇÃO DE R$150 DO INSS JÁ FOI FEITA POR 175 MIL PESSOAS

Em dezembro de 2024, o INSS lançou um produto que permite a antecipação de R$ 150 do salário dos beneficiários. Este produto é o cartão Meu INSS Vale+ . O produto tem como principal intuito gerar alívio financeiro para os beneficiários de aposentadoria, pensão por morte ou demais benefícios permanentes sem que precisem recorrer a empréstimos de pequenos valores e acabar pagando um valor maior ao final. Mesmo sendo recente, cerca de 175 mil pessoas já contrataram o cartão para antecipar o seu benefício, o que representa um número alto. Isso significa que os beneficiários estão necessitando de valores extras. Confira mais informações sobre o cartão.

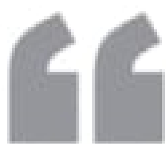


A grande maioria dos beneficiários do INSS recebe apenas um salário mínimo, o que, muitas vezes, se mostra insuficiente para os gastos que essas pessoas possuem. Dessa forma, eles estão sempre em busca de valores extras para conseguirem suprir as necessidades e pagar as contas.

Mas, nos casos de necessidade de valores pequenos, para suprir alguma conta, por exemplo, acaba não sendo vantajoso aderir a um empréstimo visto que há cobrança de juros e o valor a ser pago será maior. Então, o INSS liberou essa possibilidade de antecipação através do cartão Meu INSS Vale+.

O presidente do INSS, Alessandro Stefanutto, declarou que o número alto de solicitações nos primeiros meses chamou a atenção e confirmou que há demanda para tal.

Para contratar o cartão, o beneficiário pode consultar a lista de instituições que ofertam o produto no site ou aplicativo Meu INSS. Após isso, a solicitação pode ser feita diretamente nas plataformas do banco ou de forma presencial. Após aprovado e desbloqueado, o beneficiário pode utilizá-lo e o desconto acontece no próximo mês, sem acréscimo de juros.



"O produto tem como principal intuito gerar alívio financeiro para os beneficiários de aposentadoria, pensão por morte ou demais benefícios"

Esse valor antecipado não interfere na margem do empréstimo consignado, ou seja, o valor do cartão Meu INSS Vale+ não vai interferir na contratação dessa outra linha de crédito.

Para saber mais informações sobre o INSS, economia e finanças, você pode me acompanhar no meu canal no YouTube João Financeira e meu perfil no Instagram @joaofinanceiraoficial.

RIO DE JANEIRO

Polícia Civil combate violência contra a mulher

Ponto alto da operação acontece amanhã, quando ações serão intensificadas

A Polícia Civil, por meio do Departamento-Geral de Polícia de Atendimento à Mulher (DGPAM), realiza a 'Operação Dia Internacional da Mulher', mobilizando agentes de todo o Estado do Rio para combater crimes de violência de gênero, doméstica e familiar.

O ponto alto da operação acontecerá amanhã, quando as ações serão intensificadas.

Segundo a especializada, foram mobilizadas 14 Delegacias de Atendimento à Mulher (Deams) do estado.

APROFUNDAR INVESTIGAÇÕES

Além da captura de foragidos da Justiça, a iniciativa tem como objetivo aprofundar investigações e intensificar medidas de prevenção e repressão a todas as formas de violência contra a mulher, incluindo agressões físicas, psicológicas, morais, sexuais e patrimoniais.

DIVULGAÇÃO / PCERJ



Foram mobilizadas 14 Delegacias de Atendimento à Mulher (Deam) do estado para a operação

DEAMS MOBILIZADAS

"Todas as equipes das Deams estão mobilizadas não apenas para prender agressores, mas também para fortalecer a rede de proteção às vítimas, garantindo que cada mulher tenha acesso à justiça e segurança", destacou a delegada Gabriela Von Beauvais, diretora do DGPAM.

ADEUS À VÍTIMA EM RIO BONITO

O corpo de Marilene da Conceição Moura, de 43 anos, foi sepultado na manhã de ontem no Cemitério de Boa Esperança, em Rio Bonito, na Região Metropolitana. A vítima foi atropelada, agredida e teve o corpo queimado logo em seguida na última terça-feira. Gabriel Figueiredo Moura, de 28 anos, ex-genro da mulher, é apontado como o principal suspeito do crime.

Amigos e familiares estiveram presentes para dar o último adeus a Marilene. Pelas redes sociais, várias homenagens foram publicadas, relembrando o quando ela era querida e pedindo por justiça.

"Uma pessoa trabalhadora, que teve uma vida difícil mas nunca deixou a peteca cair. Amiga, companheira, avó, esposa, mãe e filha, sempre dedicada! Brutalmente assassinada por um canalha que, um dia, ela também acolheu", publicou uma amiga.

Morte de Henry Borel completa 4 anos

Missa foi celebrada no Santuário da Penha para reforçar a luta da família

A morte de Henry Borel completou quatro anos ontem e o pai do menino, Leniel Borel, fez um desabafo nas redes sociais afirmando ser difícil seguir em frente sem uma resposta sobre o caso.

"Quatro anos sem o meu filho, meu menininho, nosso anjo Henry Borel. São 1.461 dias de uma dor que nunca passa, de uma saudade que aperta o peito e de uma espera angustiante por justiça que parece não chegar. Até agora, nada! Me pergunto todos os dias: quanto tempo mais vai levar? Como um pai pode seguir em frente sem ver a justiça sendo feita pelo próprio filho? Será que vou ver essa justiça ainda em vida?", afirmou.

Leniel Borel ainda faz um apelo à Justiça devido à demora para o caso chegar ao fim: "O que justifica tamanha demora em um processo claro, bem fundamentado e de fácil conclusão? Naquela madrugada de horror, três pessoas entraram vivas naquele apartamento: dois adultos e uma criança. Mas só os adultos saíram vivos", concluiu ele.

Uma missa foi celebrada na Basílica Santuário da Penha, na Zona Norte do Rio, para reforçar a luta da família por justiça. A cerimônia foi organizada por Leniel.

DIA A DIA

FURTO DE MEDICAMENTOS

Carlos Eduardo Mendes Viegas foi preso na última sexta-feira acusado de furtar medicamentos do Hospital Miguel Couto, na Gávea, Zona Sul. Ele foi detido horas depois do crime, em Copacabana, quando estava em casa. Assim que tomaram conhecimento do crime, os agentes da 14ª DP (Leblon) analisaram imagens das câmeras e conseguiram identificar o autor.

BANDO MORTO NA BAIXADA

Cinco suspeitos foram mortos e um ficou ferido durante uma troca de tiros com policias militares, ontem, na comunidade Venda Velha, em São João de Meriti, na Baixada Fluminense. Agentes do 21º BPM (São João de Meriti) realizavam um patrulhamento na região quando foram atacados por criminosos do Morro do Amor e Fumacê, dando início ao confronto.

Caminho da Sabedoria

Bispo Abner Ferreira
Bispo, Pastor Presidente, Advogado, Jornalista, articulista e Escritor

site: odia.ig.com.br/colunas/caminho-da-sabedoria
e-mail: caminhodasabedoria@odia.com.br

A VIDA TESTA NOSSA FORÇA

SUPERAÇÃO: COMO TRANSFORMAR DESAFIOS EM OPORTUNIDADES

A vida é imprevisível. Um dia, tudo está em ordem; no outro, uma reviravolta muda completamente o rumo da história. Seja uma perda inesperada, um sonho interrompido ou uma porta fechada, os desafios surgem sem aviso e testam nossa força. Mas a questão não é se passaremos por dificuldades, e sim como responderemos a elas.

Jesus nunca prometeu uma vida sem desafios. Pelo contrário, Ele nos alertou sobre as aflições, mas também nos garantiu que nele podemos vencer. A maneira como enfrentamos os obstáculos determina se eles nos paralisarão ou nos impulsionarão para algo maior.

A primeira reação diante de uma crise é a negação. O choque inicial pode nos levar a pensar: "Isso não pode estar acontecendo comigo!". Mas, por mais difícil que seja, o primeiro passo para superar qualquer situação é aceitá-la.

Aceitar não significa desistir, mas sim reconhecer a realidade para encontrar caminhos viáveis. Quando paramos de resistir ao que já aconteceu e direcionamos nossa energia para o que pode ser feito, abrimos espaço para soluções.

As emoções são naturais e fazem parte da experiência humana. Em momentos difíceis, o medo, a frustração e a tristeza tentam assumir o controle. No entanto, permitir que esses sentimentos dominem nossas decisões pode nos levar a escolhas precipitadas e arrependimentos futuros.

Uma mudança inesperada pode parecer um fim, mas muitas vezes é o começo de algo maior. Quando algo não sai como planejamos, é hora de ajustar as velas e seguir um novo caminho.

A perda de um emprego pode abrir portas para um novo negócio; uma crise pode nos ensinar a confiar mais em Deus e menos no que é passageiro.


ARTE KIKO

> **"A maneira como enfrentamos os obstáculos determina se eles nos paralisarão ou nos impulsionarão para algo maior"**

Após aceitar a realidade, administrar as emoções e ajustar o rumo, é hora de recomeçar. Nenhuma dificuldade pode nos impedir de seguir em frente, a menos que decidamos parar.

Diante das dificuldades, podemos escolher entre lamentar ou crescer. Quem aprende a transformar desafios em oportunidades encontra força onde outros veem fraqueza e esperança onde muitos enxergam fim.

ORE COMIGO

"Senhor, coloco diante de Ti todas as minhas dificuldades e incertezas. Sei que não estou sozinho e que Tu tens um propósito em tudo. Dá-me força para aceitar o que não posso mudar, sabedoria para encontrar novos caminhos e coragem para recomeçar. Em nome de Jesus, amém."

Coluna publicada aos domingos

FORRO PVC W/S
PRODUÇÃO SOB MEDIDA
Preço especial para instalador cadastrado
www.wsforropvc.com.br
BRANCO CEREJEIRA JATOBÁ
Rua Sá Freire, 69 Loja A - São Cristóvão
(21) 97198-5641 96731-1975 99603-3547

VOCÊ JÁ CONHECE AS NOSSAS REDES SOCIAIS?





Mire a câmera do seu celular para o QR Code e tenha acesso a muito mais informação. O Dia todo, a qualquer hora, em qualquer lugar.



Sindicato dos Trabalhadores em Transportes Rodoviários de Nova Iguaçu
Com base em Nova Iguaçu, São João de Meriti, Nilópolis, Belford Roxo, Paracambi, Miguel Pereira, Engenheiro Paulo de Frontin, Mendes, Rio das Flores, Vassouras, Paty do Alferes, Itaguaí, Seropédica e Mangaratiba.

EDITAL DE CONVOCAÇÃO
ELEIÇÕES SINDICAIS

Pelo presente Edital, obedecendo o que preceitua o art. 45º, §§ 1º e 2º do Estatuto Social desta Entidade Sindical, faço saber que **nos dias 02 e 03 de outubro de 2025**, no período **das 09:00 às 17:00 horas**, serão realizadas **Eleições Sindicais** no **SINDICATO DOS TRABALHADORES EM TRANSPORTES RODOVIÁRIOS DE NOVA IGUAÇU**, para a composição da **Diretoria Executiva, Conselho Fiscal e Delegados Representantes no Conselho da FEDERAÇÃO INTERESTADUAL DOS TRABALHADORES EM TRANSPORTES RODOVIÁRIOS**, entidade de grau superior a que filiado este Sindicato, bem como dos respectivos suplentes, para o quinquênio de 2026 a 2030, ficando aberto o prazo de 05 (cinco) dias para o registro de chapa, que irá do dia 10 a 14 de março de 2025, na Secretaria do Sindicato, sito na Rua Antônio Rabelo Guimarães, nº 329, Centro, Nova Iguaçu/RJ, das 09:00 às 17:00 horas. Como determina o § 6º, do art. 50º do Estatuto Social da Entidade, só será aceito para registro a chapa que apresentar o número completo de candidatos previstos no § 1º, incisos, I, II, III e IV do art. 24º, bem como todos os documentos exigidos no §3º, do art. 50º do mencionado estatuto social, devendo no ato do registro serem exibidas as carteiras profissionais respectivas. Em caso de empate, conforme preceitua o art. 46º, § 2º combinado com o art. 47º, ambos do estatuto social referido, realizar-se-á o segundo escrutínio nos dias 23 e 24 de outubro de 2025, no período das 09:00 às 17:00 horas, observando-se as mesmas normas incidentes para o primeiro escrutínio. As Eleições Sindicais, que ora se convoca, serão conduzidas, dirigidas e coordenadas por uma COMISSÃO ELEITORAL COORDENADORA composta pelas seguintes pessoas: Antônio de Freitas Tristão, CPF nº 618.197.357-53, Alexandre Nunes de Almeida, CPF nº 015.678.687-70 e Francisco Antunes de Oliveira Filho, CPF nº 189.742.956-87, que ficarão investidos nos poderes estatutários destinados ao Presidente deste Sindicato, no que tange aos procedimentos previstos no processo eleitoral sindical.

Nova Iguaçu, 09 de março de 2025,

CLÁUDIO MONTEIRO DA SILVA
PRESIDENTE

CLASSIMAIS
LIGUE E ANUNCIE: 2532-5000 O DIA

Eufrázio

O DIA **Automania** automania@odia.com.br

NEM SEMPRE CHEGAM PELO CORREIO

ATENÇÃO COM MULTAS DO CARNAVAL



DIVULGAÇÃO

Multas aplicadas durante o Carnaval não costumam chegar no prazo. Fique atento ao site do Detran

Se você foi multado no Carnaval, é importante não esperar a notificação chegar em sua casa para tomar providências. Muitos condutores acreditam que só precisam agir ao receber o documento pelos Correios, mas isso pode ser um erro. Nem sempre a notificação chega no prazo, o que pode fazer com que o motorista perca a chance de recorrer da penalidade.

Quando um motorista comete uma infração, ele deve primeiro receber uma Notificação de Autuação. Esse documento informa os detalhes da infração, como local, data, horário e o órgão autuador. O artigo 280 do Código de Trânsito Brasileiro (CTB) estabelece que essa notificação precisa ser expedida em até 30 dias. Se isso não ocorrer, a multa pode ser cancelada mediante recurso.

Caso a Defesa Prévia não seja apresentada ou seja negada, o motorista recebe a Notificação de Penalidade, que informa o valor da multa e a data limite para pagamento ou recurso. Esse prazo pode ser de até 180 dias se não houver Defesa Prévia, ou 360 dias caso tenha sido apresentada.

A melhor forma de se manter informado é consultando o site do Detran do seu estado, onde é possível verificar multas, pontos na CNH e outras pendências. Outra opção é o aplicativo Carteira Digital.



DIVULGAÇÃO

SEMINOVOS E USADOS SEGUEM EM ALTA

■ O mercado de usados e seminovos segue em alta no Brasil. Nos dois primeiros meses de 2025, foram vendidos mais de 2,5 milhões de veículos, incluindo carros, motos, picapes e caminhões. Os dados são da Federação Nacional das Associações dos Revendedores de Veículos Automotores e apontam um crescimento de 7% em relação ao mesmo período de 2024. Entre os destaques, o Volkswagen Gol segue como o carro usado mais vendido do Brasil.

De acordo com a Fenauto, o total de vendas de usados e seminovos em janeiro e fevereiro de 2025 chegou a 2.507.719 unidades, contra 2.344.155 no mesmo período de 2024.

NO SINAL

MARCA DE LUXO DA BYD JÁ NO BRASIL

Os primeiros carros da Denza no Brasil já estão no País. O navio Explorer Nº1, da BYD, atracou no Portocel, em Aracruz (ES), trazendo 5.524 veículos híbridos e elétricos, incluindo modelos das famílias Dolphin, Song e Yuan. No entanto, o grande destaque foi o Bao 5, SUV que marcará o início das operações da submarca de luxo Denza. Para evitar confusões com o nome chinês, o modelo será chamado apenas de B5 no Brasil e deve chegar às lojas ainda neste ano.

CRISE SEM FIM NA STELLANTIS

A Stellantis enfrenta um período desafiador financeiramente para a empresa. Os resultados de 2024 mostram quedas significativas nas receitas e, principalmente, nos lucros. A companhia busca um novo CEO para conduzir as operações. O lucro líquido da Stellantis despencou 70% em 2024, atingindo 5,52 bilhões de euros, ou 1,84 euros por ação. As receitas também apresentaram queda, com uma redução de 17%, totalizando 156,878 bilhões de euros.



DIVULGAÇÃO

Novo modelo foi apresentado durante o evento Motoverse e ainda como edição especial limitada

NOVA SHOTGUN 650 FOI LANÇADA

Apresentada em 2023 durante o evento Motoverse e ainda como edição especial limitada, a nova Royal Enfield Shotgun 650 acaba de chegar ao Brasil. A proposta é oferecer um perfil de pilotagem mais esportivo, mas sem abrir mão do estilo vintage, uma reconhecida característica da marca. No visual, tem linhas limpas e posição de pilotar mais baixa, permitindo que o corpo e os pés fiquem perto da motocicleta, como nas motos do estilo bobber. Mede 2,22 metros de comprimento, 82 cm de largura, 1,46m de entre-eixos e pesa 240 Kg.

Domingo, 9-3-2025

CLASSIMAIS

MAIS FÁCIL DE ACHAR, VENDER E COMPRAR.

O DIA LIGUE E ANUNCIE 2532-5000

A IMÓVEIS Compra e Venda
B IMÓVEIS Aluguel
C NEGÓCIOS
D EMPREGOS
E CASA
F AUTOMANIA

C negócios

negócios diversos

ADVOGADOS INSS
Especialista Direito Previdenciário, LOAS, Auxílio Doença, Benefício Indeferido, Pensões por Morte, Risprevidência, Aposentadorias, Ações Trabalhistas. T.2262-4778/ 99949-3349

Empresa de Ônibus DIVINA LUZ TRANSPORTE admite:
20 MOTORISTAS -CNH D- -AMBOS OS SEXOS-
-220 HORAS MENSAIS -SALÁRIO R$ 3.184,49-
Com ou Sem experiência (Fazemos Treinamento)
MANOBREIRO P/ ÔNIBUS -CNH B, C OU D-
ENCARREGADO ALMOXARIFADO -PEÇAS- CAMINHÃO/ONIBUS
WhatsApp: 21 99100-4323

APOSENTE-SE
RESOLVEMOS QUALQUER CASO DO INSS
PERDEU SEU BENEFÍCIO? NOS PROCURE!
ESPECIALIZADOS EM BPC/LOAS
APOSENTADOS, PENSÕES E MUITO MAIS!
SÓ PAGA APÓS A VITÓRIA!
TAQUARA - MADUREIRA - CENTRO
98601-1630 / 3496-5382

CLASSIMAIS
LIGUE
2532-5000

MAIS FÁCIL DE VENDER. MAIS FÁCIL DE ACHAR. MAIS FÁCIL DE COMPRAR.
CLASSIMAIS 2532-5000 O DIA

MAIS FÁCIL DE VENDER. MAIS FÁCIL DE COMPRAR.
CLASSIMAIS
LIGUE E ANUNCIE: 2532-5000
O DIA

O anel, a angústia... a vida!

RUBENS PAIVA

O anel de bijuteria usado por Selton Mello na cerimônia do Oscar me chamou a atenção por sua singeleza. O acessório foi de sua mãe, Selva, que teve Alzheimer por 12 anos e faleceu em 2024. Para ele, vale mais do que qualquer joia cara e é o símbolo de que ela está sempre com ele. Essa história me aproxima ainda mais de Selton. Por ele carregar a mãe no coração e em um dos dedos, como se os dois estivessem para sempre de mãos dadas. Até a eternidade.

Relatos como esse me fazem acreditar que este elenco do filme 'Ainda Estou Aqui' é especial e mereceu contar a história de Eunice Paiva, que se especializou na luta pelos Direitos Humanos após seu marido, o engenheiro Rubens Paiva, ser torturado e morto pela ditadura militar no Brasil. Fernanda Torres circulou pelas principais premiações do mundo, vestiu roupas de grife, esteve com estrelas internacionais, mostrou desenvoltura em entrevistas em inglês... Mas jamais deixou de parecer alguém simples e acessível.

No dia da cerimônia do Oscar, em Los Angeles, ela disse que havia acordado "angustiada". E completou: "É horrível". Poderia ter dito que tinha sentido um "friozinho na barriga", como eu já disse tantas vezes diante de momentos de nervosismo. Mas ela foi autêntica para traduzir seus sentimentos e dizer que, diante de um momento importante, podemos ter sensações reviradas dentro de nós. Pode ser horrível e Fernanda dá legitimidade a isso.

Sou fã dela e de Selton Mello por não fingirem costume diante da grandiosidade do momento que vivem. Antes da premiação, ele dizia que iria tietar todo mundo no Oscar: "Sou de Passos, interior de Minas Gerais. Isso, para mim, não é normal, não". Aliás, ele sempre reverencia sua versão criança. O ator olha para os grandes nomes do cinema mundial e diz que os admira, que já dublou muitos deles no início de sua carreira. Hoje, ele tem sua própria voz e seus próprios personagens — grandiosos, por sinal —, mas está sempre exaltando sua essência. Tenho a sensação de que o menino Selton jamais se despediu dele — e isso me aproxima ainda mais do ator.

Já Fernanda, em uma entrevista antiga, citou seu tio Paulo, da Tijuca, que gostaria de vê-la no Oscar um dia. "O Oscar não vai rolar nunca", ela pensou, na ocasião. Assim como ela, acho que também tive alguém que sonhou além dos meus próprios sonhos. E isso é belo! Sou grata por ter crescido cercada de pessoas que me imaginavam enorme.

Selton Mello, no papel de Rubens Paiva, e Fernanda, como Eunice: filme entrou para a história



Eunice Paiva teve sua história contada por um dos filhos, Marcelo Rubens Paiva, no livro 'Ainda Estou Aqui'

Cena marcante foi recriada no longa em que Eunice pede aos filhos: "Sorriam!"

Em uma entrevista no dia seguinte à consagração como a estatueta de Melhor Filme Internacional, Fernanda apareceu de óculos escuros e foi bem sincera. Perguntada sobre o que iria fazer nos próximos dias, ela respondeu: "Dormir! Estou de óculos escuros porque estou com vergonha do meu olho. A gente está igual maratonista no fim da Olimpíada, chegando feliz da vida... Mas eu vou dormir". Assim como a atriz, eu também já quis sair pela vida de óculos escuros, para disfarçar o cansaço físico e mental.

Quando saiu a indicação ao Oscar, aliás, Fernanda disse uma frase emblemática: "A vida presta". Há quem prefira palavras rebuscadas, talvez na ilusão de ser respeitado, mas a atriz falou assim, de forma simples, que a vida pode ser boa. Costumamos usar o verbo 'prestar' para algo que pode nos ser útil, como um objeto. Mas Fernanda o promoveu a algo maior e singelo: a vida pode, sim, ter a serventia de realizar sonhos e fazer justiça através da arte.



Texto:
Ana Carla Gomes
acarla@odia.com.br

Arte:
Kiko

Estou de óculos escuros porque estou com vergonha do meu olho. A gente está igual maratonista no fim da Olimpíada, chegando feliz da vida... Mas eu vou dormir

Eufrázio

Um olhar sobre o Rio

Nuno Vasconcellos



Coluna publicada aos **DOMINGOS**

umolharsobreorio@odia.com.br

odia.ig.com.br/rio-de-janeiro/um-olhar-sobre-o-rio

A ESPERTEZA QUE PODE SE VOLTAR CONTRA O DONO

"A esperteza, quando é muita, fica grande e come o dono". Esse ditado mineiro era repetido com certa frequência pelo ex-presidente Tancredo Neves — um dos grandes mestres da política brasileira. Conhecido por buscar a conciliação diante de impasses delicados, ele também ficou famoso pela firmeza nos momentos difíceis. Jamais deixou de tomar as decisões que lhe cabiam nem de partir para o confronto se fosse necessário. Por sua capacidade de fazer política, Tancredo, ao lado do deputado Ulysses Guimarães e de outros políticos maiúsculos, conquistou o apoio da sociedade e liderou o processo que levou ao fim do regime militar e deu início à redemocratização do Brasil.

ARTE PAULO MÁRCIO



A trajetória de Tancredo é mencionada aqui por uma razão simples: no próximo sábado, 15 de março, completam-se 40 anos do dia em que ele deveria ter assumido a Presidência da República. Na véspera da posse, ele sentiu dores e foi internado às pressas no Hospital de Base, em Brasília. Transferido para São Paulo, morreu pouco mais de um mês depois, em São Paulo. Em seu lugar, assumiu o vice-presidente José Sarney. A rota traçada por ele, no entanto, parecia forte o bastante para fazer do Brasil uma democracia sólida, inclusiva e socialmente justa.

A obra não está completa. A democracia brasileira, ao longo desses quarenta anos, tem sido submetida a dezenas de testes e sobrevivido a todos eles. Seus limites têm sido testados em várias ocasiões e, sem descer a detalhes em relação aos episódios mais críticos, ela sai de cada um deles mais forte do que entra. É nítido que, mesmo com todos os altos e baixos que enfrentou, o país teve nesse período avanços importantes tanto no campo da economia quanto no cenário institucional.

Ainda há muito trabalho pela frente. Quem acompanha com atenção tudo o que vem acontecendo no país ao longo desses quarenta anos se dá conta de que a democracia, por mais sólida que se mostre a cada momento, sempre precisa ser protegida. Também fica claro que nem tudo o que é feito em nome dela contribui para fortalecê-la.

Isso mesmo! A cada dia fica mais evidente que é muito mais fácil bater no peito e se apresentar como defensor da democracia do que praticar os princípios que consolidam esse regime. É muito mais fácil culpar os adversários por todos os riscos que ela corre e querer destruí-los com as armas fornecidas pela própria democracia do que conquistar a sociedade e obter apoio suficiente para fazer com que um determinado ponto de vista se sobressaia e oriente as decisões que se aplicarão a todos.

VITÓRIAS NO TAPETÃO — Na democracia, que, conforme dizia o ex-primeiro-ministro britânico Winston Churchill, "é a pior forma de governo, com exceção de todas as demais", as pessoas em posição de destaque precisam ser lembradas o tempo todo de que "a esperteza quando é muita", como citava o doutor Tancredo, "fica grande e come o dono". Infelizmente, porém, as demonstrações de "esperteza" têm surgido com frequência.

Elas se manifestam, por exemplo, nas atitudes mais corriqueiras que senadores e deputados tomam para se impor sobre os adversários. Sem votos suficientes para fazer com que seus interesses triunfem, eles apelam para outros poderes para tentar ganhar no "tapetão" as batalhas que não têm força nem competência para ganhar no parlamento.

Exemplos dessa prática estão por toda parte. Um dos mais recentes foi dado pelo líder do PT na Câmara dos Deputados, Lindbergh Farias (RJ), por seu correligionário Rogério Correia (MG) e por Guilherme Boulos (PSOL-SP). Na semana passada, o trio resolveu transformar a ex-primeira-dama Michelle Bolsonaro em alvo de suas ações. De uma hora para outra, Farias, Correia e Boulos cobraram da Procuradoria Geral da República explicações sobre um inquérito que envolve a mulher do ex-presidente Bolsonaro. Não satisfeitos, solicitaram à Polícia Federal, à Controladoria Geral da União e à Casa Civil da Presidência da República rigor nas investigações em curso contra Michelle.

Em suas petições, suas Excelências exigem detalhes sobre os gastos de Michelle com cartão corporativo durante o mandato do marido, concluído mais de dois anos atrás. Querem, também, apurações sobre as transferências de dinheiro que ela teria recebido das contas correntes do marido.

> *"Esse ditado mineiro era repetido com certa frequência pelo ex-presidente Tancredo Neves — um dos grandes mestres da política brasileira"*

A movimentação não nasceu da revelação de nenhum fato novo em relação à conduta de Michelle durante a presidência de seu marido. Tudo, conforme os próprios autores admitem, não passou de uma estratégia esperta dos parlamentares de utilizar recursos públicos para obter benefícios privados. Tudo o que querem, ao mobilizar o aparato estatal contra Michele, é tentar conter o bombardeio de críticas e até mesmo de petições que vêm se avolumando contra a atual primeira-dama, Janja da Silva. Para "cada requerimento contra Janja nós vamos apresentar dois contra Michelle Bolsonaro", ameaçou Lindbergh Farias em suas contas nas redes sociais.

"A TURMA DA RACHADINHA" — Sem querer jogar lenha na fogueira na "guerra das primeiras-damas", que muita gente insiste em alimentar, e, menos ainda, sem a intenção de antecipar o debate sobre a possível presença do nome de Michelle entre as alternativas para a corrida eleitoral que só terá seu desfecho no final do próximo ano, é bom refletir sobre esse tipo de atitude. Uma das acusações mais graves feitas à ex-primeira-dama pelos deputados, vejam só, é de prática de rachadinha. Na postagem em que o líder do PT declara guerra contra Michelle em defesa de Janja ele diz que "a turma da rachadinha com cartão corporativo não tem moral". É aí que a situação fica ainda mais interessante.

Se a suposta prática da rachadinha é sintoma de falta de moral para os adversários, ela é aceita, perdoada e, talvez, até aplaudida como um sinal de "esperteza" quando feita por aliados! Relator, no Conselho de Ética da Câmara dos Deputados, do processo fartamente documentado contra o governista André Janones (Avante-MG) por prática explícita de rachadinha, o deputado Guilherme Boulos, um dos signatários das ações contra Michelle, pediu no ano passado o arquivamento da matéria. Ele não viu, no episódio escandaloso protagonizado por Janones, razão suficiente para pedir a cassação do "rachador" confesso. Por mais claras que fossem as gravações em que o parlamentar governista exige dos funcionários de seu gabinete uma parte de seus salários, elas não foram vistas por Boulos como provas suficientes para condenar o companheiro.

No inquérito conduzido pela Polícia Federal, ficou claro que Janones não apenas exigia que os funcionários depositassem dinheiro em sua conta como usava o cartão de crédito de um dos assessores para pagar suas despesas pessoais. A lista de crimes é extensa, mas, na semana passada, a PGR resolveu passar uma borracha e deixar tudo por isso mesmo. E ofereceu ao parlamentar governista um Acordo de Não Persecução Penal que o livra de qualquer responsabilidade pela prática. A única punição, se é que se pode chamar isso de punição, será o pagamento de uma multa modesta (só para não perder a anedota: resta saber a origem do dinheiro que Janones utilizará para fazer o pagamento).

> *"Uma das acusações mais graves feitas à ex-primeira-dama pelos deputados, vejam só, é de prática de rachadinha"*

LESA PÁTRIA — Já pensou se, na resposta ao pedido dos deputados contra a suposta "rachadinha" praticada por Michelle, a PGR se valer do rigor que não utilizou contra o companheiro Janones? Seja como for — e por mais decepcionante que tenha sido a tibieza da "punição" aplicada contra o réu-confesso —, o que interessa discutir aqui é o hábito recorrente dos parlamentares que entregam a outros poderes o direito de dar a palavra final sobre decisões que lhes competem. Sim. A ação dos deputados em defesa de Janja teria sido justa, defensável e até elogiável se tivesse ficado circunscrita aos limites do parlamento. O mesmo vale para os ataques a Eduardo Bolsonaro. Acontece que o ato de abrir mão da própria autoridade e entregar nas mãos do Ministério Público Federal, da Polícia Federal e do Supremo Tribunal Federal o poder de decidir em seu nome tem sido uma manifestação de esperteza recorrente por parte de parlamentares.

> *"A democracia brasileira, ao longo desses quarenta anos, tem sido submetida a dezenas de testes e sobrevivido a todos eles"*

Na semana retrasada, Lindbergh e Correia registraram no STF uma ação contra o deputado Eduardo Bolsonaro — filho do ex-presidente Jair e favorito para assumir a presidência da estratégica Comissão de Relações Exteriores da Câmara. Os petistas pediram que a Corte retenha o passaporte do deputado e que o investigue criminalmente por "articular ações contra o STF" junto a políticos norte-americanos. Segundo o pedido, Eduardo teria cometido crime lesa pátria e atentado contra a soberania nacional ao criticar o atual governo e o Poder Judiciário do Brasil em um evento recente com políticos conservadores nos Estados Unidos.

Ora, ora, ora... como parlamentares que são, em pleno exercício de seus mandatos, num ambiente que, até segunda ordem, lhes assegura mecanismos de ação dentro do próprio poder Legislativo, os deputados jogam por terra a importância do próprio cargo ao pedir que os poderes Executivo e Judiciário ajam e decidam por eles. Ou seja, renunciam ao poder de realizar aquilo que eles foram eleitos para fazer. A impressão que se tem é a de que, na verdade, se esquivam do confronto legítimo de ideias no espaço apropriado, que é o plenário da Casa, e delegam a outras instituições o poder de falar em seus nomes.

GANHAR NO GRITO — Trata-se de uma estratégia deliberada, conhecida pela expressão em inglês lawfare (que, numa tradução livre, significa "guerra legal"). Ela consiste em buscar vantagens políticas por meio da exploração de minúcias da legislação e está por trás do processo cansativo e irritante de judicialização excessiva que vem empobrecendo a prática política no Brasil. A impressão que se tem é a de que o preceito democrático segundo o qual as decisões são tomadas pela maioria caiu por terra no Brasil. Qualquer resultado obtido em plenário acaba sendo desrespeitado e transformado em objeto de contestação na Justiça — sobretudo por parte de partidos que não têm força, capacidade de articulação política e muito menos apoio popular suficientes para fazer valer suas posições.

É por essa razão que várias medidas aprovadas no Congresso por ampla maioria, algumas delas com o apoio incontestável da sociedade, perdem completamente seu efeito depois de passar pelo crivo da Justiça. Basta que alguma bancada nanica não concorde com a decisão da maioria para correr em busca de ajuda no tapetão. Há vários casos como esses. Para citar apenas dois exemplos, basta lembrar a lei que instituiu o Marco Temporal para a demarcação das terras indígenas e da que proibiu a chamada "saidinha" de presos nos feriados.

Um levantamento feito pela revista Veja no ano passado, mas que ainda não perdeu a atualidade, contém números reveladores sobre essa prática. De acordo com a revista, entre 2018 e 2024, nada menos do que 807 recursos foram apresentados ao STF por partidos políticos. Os campeões desse tipo de procedimento foram o PDT, com 108 ações, o PSB, com 106, a Rede, com 105, o PT, com 100, o PSOL, com 91 e o PCdoB, com 57. Como se vê, os partidos de esquerda são os campeões quando se trata de tentar ganhar no grito as matérias que são incapazes de ganhar no plenário.

Os números são reveladores do hábito de se esconder atrás da toga do primeiro magistrado que encontram pela frente para tentar chegar aonde não conseguem ir com as próprias forças. Ele é uma das principais causas do empobrecimento da política brasileira e do consequente enfraquecimento do poder do parlamento frente aos outros poderes. Não são, como fica claro pelo número de recursos levados pelos partidos aos tribunais, os juízes que tomam para si a iniciativa de avançar sobre as prerrogativas do poder Legislativo. São os próprios senadores e deputados que têm entregado de mão beijada parte de seu poder de decidir ao Executivo e ao Judiciário.

O fenômeno é preocupante e os únicos com poder de contê-lo são os próprios parlamentares. Mas, pelo andar da carruagem e pela naturalidade com que a turma recorre à Justiça e ao Ministério Público para fazer aquilo que lhes compete, o mais provável é que essa esperteza ainda cresça muito antes de ficar grande o suficiente para comer o próprio dono.

(Siga os comentários de Nuno Vasconcellos no Twitter e no Instagram: @nuno_vccls)

Pesquisa: cidade do Rio segue com a cesta básica mais cara do país

Consumidores recorrem a alternativas para controlar o orçamento e se adaptam às mudanças

ALEXIA GOMES
alexia.gomes@odia.com.br

Ir ao supermercado tem se tornado um desafio para muitos brasileiros. Com os preços cada vez mais elevados e o poder aquisitivo reduzido, os consumidores buscam maneiras de controlar o orçamento familiar. Na cidade do Rio, o impacto é ainda maior, com a cesta básica mais cara do país em janeiro de 2024, conforme dados do Instituto Brasileiro de Economia da Fundação Getúlio Vargas (FGV Ibre).

Apesar de uma leve redução de 1,2% no preço da cesta básica em relação a dezembro de 2024, a cidade do Rio lidera a tabela de preço médio mais alto entre oito capitais, com R$ 1.020,92 em janeiro. Em segundo lugar ficam as cidades de São Paulo (R$ 1.012,66) e Fortaleza (R$ 837,94). Já o produto com maior variação de preço da cesta básica na cidade do Rio é o café em pó e em grãos, que teve uma alteração de 3,2% no mês de janeiro de 2025.

ARQUIVO / AGÊNCIA BRASIL



Cesta básica da cidade do Rio de Janeiro ficou em R$ 1.020,92 no mês de janeiro de 2025. Em segundo lugar fica São Paulo (R$ 1.012,66)

Especialista diz que variações climáticas extremas afetam a produtividade agrícola

Embora recentes, os aumentos nos preços da cesta básica não são exclusivos dos últimos meses. De acordo com dados da Pesquisa Nacional da Cesta Básica (PNCB), realizada pelo Departamento Intersindical de Estatística e Estudos Socioeconômicos (DIEESE), nos últimos quatro anos, a maior variação acumulada em 12 meses no município do Rio foi registrada em 2022, seguida por 2021, 2024 e, por último, 2023, que apresentou uma variação de -1,88%.

O QUE CAUSA O AUMENTO?

O especialista Edson Kawabata, sócio-diretor da Peers Consulting + Technology, destaca que diversos fatores contribuem para o aumento nos preços dos alimentos, como a variação dos valores das commodities no mercado internacional, a valorização do dólar, o equilíbrio entre demanda e oferta no mercado interno e a inflação dos custos de produção, incluindo insumos e logística.

Outro fator importante é a mudança climática. Kawabata ressalta que variações climáticas extremas afetam a produtividade agrícola e, em casos mais graves, podem resultar na perda de safras, reduzindo a oferta de determinados produtos e pressionando a inflação.

"Em particular, um estudo publicado na Revista Nature no ano passado concluiu que, devido à elevação das temperaturas médias projetadas até 2035, a inflação de alimentos seria impactada em 0,9% a 3,2% ao ano, dependendo da variação das premissas sobre emissões de gases de efeito estufa, modelos climáticos e outras especificações empíricas", afirma Kawabata.

OPÇÃO POR CONSUMIR CAFÉ NA PADARIA

'O preço do pingado na padaria não mudou, teve uma pequena alteração'

■ Por conta do aumento nos preços, Karollyna Braz, de 31 anos, moradora de Niterói, diz que precisou fazer mudanças nas idas ao mercado. Além de substituir a carne vermelha por ovos, frango e peixe, Karollyna alterou sua forma de comprar café.

"Passei a consumir mais café na rua do que em casa, porque o preço do pingado na padaria não mudou, teve apenas uma pequena alteração. Hoje, para mim, é mais vantajoso tomar café na rua do que comprar e preparar em casa", explica. Ela ressalta que, além do aumento nos preços, percebeu que os ovos estão cada vez menores. "Não sei se a qualidade diminuiu, ou a escassez está fazendo isso."

O aumento no preço dos alimentos influencia a rotina dos trabalhadores que precisam comer fora de casa. O dono dos restaurantes Bar Brasil, na Lapa, e do Carioca Deutsch, na Tijuca, Gustavo Marins, de 45 anos, ressalta que percebeu uma mudança na forma como os consumidores escolhem os pratos.

"A gente percebe que as pessoas deixam de consumir produtos mais caros, porque, se já está caro comprar e fazer em casa, no restaurante os custos são maiores, e elas evitam pedir, dando preferência às opções mais baratas", explica. "Muita gente que trabalha na rua almoça fora. Esse é o forte do Bar Brasil, com clientes que trabalham na região. E essas pessoas tendem a procurar os restaurantes mais baratos ou os pratos mais acessíveis no cardápio".

Gustavo comenta que, além das carnes, os produtos de hortifrúti e os cereais tiveram um aumento nos preços: "Arroz e feijão, por exemplo, eram coisas muito baratas. A gente nem se preocupava muito com o custo disso, e hoje temos que nos preocupar bastante. E, nesse caso, não tem para onde correr. Por exemplo, batata era um produto que, no fornecedor, um saco de 25 quilos, a gente pagava por volta de R$ 50, R$ 60, e hoje está R$ 150."

ARQUIVO PESSOAL



Hoje, para mim, é mais vantajoso tomar café na rua do que comprar e preparar em casa"

KAROLLYNA BRAZ, moradora de Niterói

ARQUIVO PESSOAL



Diziam para substituirmos a carne pelo frango ou o frango por outra proteína animal, mas agora tanto a carne quanto o frango estão caros"

GIOVANNA DI FLURI, moradora do Rio

Especialista dá dicas para economizar nas compras

› A economista Cristina Helena Mello afirma que há algumas formas de tentar driblar o aumento nos preços. "É fundamental pesquisar preços e 'gastar' sola de sapato para comprar em diferentes pontos de venda aproveitando as variações de preço", aponta.

Mello também destaca que hábitos antigos, como compartilhar promoções em grupos, são bem-vindos, além de saber quais são os produtos sazonais com melhores preços para fazer as substituições necessárias.

A economista pontua que fazer compras em grande quantidade também pode ser um caminho. "Compras coletivas podem reduzir os preços se acessarem mercados por atacado ou diretamente do produtor", explica.



Cristina Helena Mello aconselha compartilhar promoções

Café e ovo geram muita preocupação

› O café e o ovo, essenciais na dieta dos brasileiros, têm gerado preocupação nos consumidores. Segundo a Associação Brasileira de Supermercados (Abras), o principal vilão na hora das compras foi o café torrado e moído, que teve aumento de 8,56% em janeiro de 2025. A entidade também chamou atenção para o aumento no preço dos ovos, que chegou a ter uma alta de 40% na segunda quinzena de janeiro.

O especialista Kawabata destaca que, no caso do café, a alta é ocasionada, principalmente, em função do aumento de demanda, que dobrou na China na última década, além da valorização da taxa do dólar em 27,34% e da redução da produção do grão no Brasil em 0,5% em 2024.

NÚMEROS

8,56%

Aumento do café torrado e moído em janeiro de 2025, segundo dados da Abras

40%

Alta no preço dos ovos na segunda quinzena de janeiro, de acordo com a entidade

Já a economista, professora e pesquisadora da PUC Cristina Helena Mello explica que o aumento no preço dos ovos é causado pelo custo da energia e pelo aumento da ração para as galinhas. Outro fator importante é o mercado externo. A gripe aviária nos Estados Unidos ampliou a demanda global pela importação do produto, o que reduziu a oferta no mercado nacional.

"Agora a gente vai no mercado e com R$ 70 reais você só consegue comprar um café e uma caixa com 30 ovos", diz a analista de marketing Giovanna Di Fluri, de 26 anos, moradora da cidade do Rio de Janeiro. Ela comenta a diferença de preço da proteína animal. "Antigamente, diziam para substituirmos a carne pelo frango ou o frango por outra proteína animal, mas agora tanto a carne quanto o frango estão caros. Precisamos recorrer ao ovo, que também encareceu. Daqui a pouco, não teremos mais nenhuma alternativa de proteína animal", reclama.

Brasileiras e a dor da ditadura

Repercussão de 'Ainda Estou Aqui' destaca o papel dessas mulheres no período de autoritarismo

Sorrisos, festa, música... Oito de março era sempre de celebração especial do aniversário de Elza dos Santos. Além de comemorarem a vida dela, os seis filhos lembravam que era dia das mulheres. E ela, a 'rainha' deles, na casa de um quarto, em que todos moravam no Rio. Elza, que perdeu o marido precocemente, atravessava a madrugada trabalhando como costureira. Foi também em um mês de março, no dia 15, em 1971, que a dor passou a ocupar espaço.

Foi aquele o dia em que o filho mais velho, o estudante de ensino técnico em contabilidade Joel Vasconcelos, de 21 anos, foi preso por agentes da ditadura militar e desapareceu. Elza, desde então, passou a lutar para tentar salvar o rapaz. Iniciou um périplo. Carregava a foto do filho por onde ia. Buscou notícias, chorou escondida a ausência do rapaz, que era idealista e diretor da União Brasileira dos Estudantes Secundaristas (Ubes).

Mesmo diante do desespero que se abateu, ela pedia que os filhos não deixassem de sorrir enquanto lutava para que dessem informações ou entregassem o corpo ou a certidão de óbito. Joel, que também era sapateiro, ajudava nas despesas de casa, e teria morrido após torturas nas dependências do DOI-Codi (entre 15 e 19 de março). Elza morreu em 1994, aos 64 anos, sem ter o corpo do filho.

Uma das filhas de Elza e irmã de Joel, a advogada Altair de Almeida, de 68 anos, recorda que a mãe buscava também a fé religiosa para ter alguma esperança de mudança de cenário. "Ela ficava na escadaria da Cinelândia todos os dias com a foto do meu irmão. Nunca se calou, procurou o presidente, o papa. Não tinha quem não a conhecia", lembra Altair, que perdeu o irmão quando ela era uma adolescente de 14 anos.

VISIBILIDADE

Histórias como a dessa família foram reconhecidas, principalmente após o relatório da Comissão Nacional da Verdade (CNV), em 2014, e passaram a ter nova chance de visibilidade com as repercussões do filme 'Ainda Estou Aqui', sobre a luta de Eunice Paiva, viúva do ex-deputado Rubens Paiva.

De acordo com a historiadora Lorrane Rodrigues, coordenadora executiva do Instituto Vladimir Herzog, são as mulheres que levam à frente as políticas de memória, verdade e justiça para a América Latina como um todo, incluindo o Brasil.

"Essa repercussão toda causada pelo filme é muito importante para a gente entender qual é o papel dessas mulheres, seja no período da ditadura militar ou em outros períodos que o país já viveu", afirma a pesquisadora.

ELZA DOS SANTOS/ARQUIVO PESSOAL



Muitas histórias trágicas foram reconhecidas, principalmente após o relatório da Comissão Nacional da Verdade (CNV), em 2014

À ESPERA

No caso da história de Joel, que era negro e tinha passado pelo serviço militar obrigatório, foi preso quando estava acompanhado de um amigo nas imediações do Morro do Borel. De acordo com o relatório da CNV, a prisão teria ocorrido por suspeita de tráfico. Ocorre que o rapaz apenas levava cartazes contra a ditadura e ingressos para a peça de teatro 'O Rei da Vela', de Oswald de Andrade.

Os policiais militares entregaram os amigos para militares do Exército, justamente para pessoas que tinham a mesma farda que ele vestiu um dia. "A minha mãe nunca deixou mudar o telefone de casa na esperança que algum dia ele fosse ligar", recorda a irmã de Joel. "A foto que mais circula é a que tinha na Carteira de Trabalho dele".

Joel começou a trabalhar com 11 anos de idade a partir de uma habilidade como sapateiro. A perda de Joel impactou financeiramente a família, já que Elza tinha que trabalhar o dobro para cuidar de todos, agora sozinha, e pagar advogados em busca dos direitos. Na década de 1990, conseguiram o primeiro atestado de óbito como desaparecido político.

NAS PORTAS DAS CADEIAS

Persistência e força, mesmo diante de dor e trauma, nessa busca, por parte das mulheres, fizeram com que a luta permanecesse viva e presente. Como é o caso de Diva Santana que, aos 81 anos, é representante dos familiares na Comissão Especial sobre Mortos e Desaparecidos Políticos.

Ela procura a irmã, Dinaelza Coqueiro, há 50 anos, que foi morta pelos militares na Guerrilha do Araguaia. Diva entende que as mulheres familiares dos perseguidos e presos andavam nas portas das cadeias. "Essas mulheres lutaram e continuam lutando para que tenhamos um país justo, democrático e humano antes de tudo".

Com informações da Agência Brasil

ANDREAS SOLARO/AFP



Pontífice tem avançado no tratamento contra a pneumonia

Papa responde bem à terapia, diz Vaticano

Francisco permaneceu estável, sem febre e com bons níveis de oxigênio no sangue

O Papa Francisco está respondendo 'bem' à terapia para pneumonia dupla e apresentou uma 'melhora gradual e leve' nos últimos dias, informou o Vaticano ontem.

Francisco permaneceu estável, sem febre e com bons níveis de oxigênio no sangue, relataram os médicos em comunicado do Vaticano.

Ele trabalhou e descansou durante o dia, acrescentaram os profissionais.

MARCHA PELA SAÚDE

Carregando velas, tochas e o slogan 'amor com amor se paga', centenas de argentinos marcharam na sexta-feira à noite até a Catedral de Buenos Aires, onde o papa Francisco era arcebispo, para rezar pela saúde de seu líder espiritual e agradecê-lo por sua defesa histórica dos mais vulneráveis.

A marcha de cinco quarteirões até a emblemática Plaza de Mayo, onde fica a casa do governo e o principal templo católico da capital argentina, foi solene, sem cantos, palavras de ordem ou tambores: uma variação curiosa em relação às manifestações geralmente abundantes e coloridas de Buenos Aires.

Desta vez, eles estavam unidos pela gratidão, disse Laura Cibelli, de 47 anos, à AFP.

"Desde que (Jorge Mario) Bergoglio se tornou papa, ele conseguiu tornar visíveis os invisíveis, aqueles trabalhadores pobres e precários (...), não apenas na Argentina, mas no mundo", acrescentou.

A procissão, que contou com a presença majoritária de fiéis de organizações sociais e sindicatos de trabalhadores, foi liderada por uma van que transmitiu uma homilia que Francisco fez na Bolívia em 2015.

Com informações da AFP e Estadão Conteúdo

Lula indica Verônica Abdalla Sterman para ministra do STM

Nome para cargo era defendido pela primeira-dama Janja

O presidente Lula indicou ontem a advogada Verônica Abdalla Sterman para o cargo de ministra do Superior Tribunal Militar (STM). A indicação foi publicada no Diário Oficial da União (DOU) no Dia Internacional da Mulher.

A advogada precisa ser sabatinada pelo Senado e ter o nome aprovado pela Casa para assumir o posto. Caso seja admitida para o cargo, Verônica Abdalla Sterman assumirá uma cadeira destinada à advocacia, que será aberta em abril com a aposentadoria do ministro José Coêlho Ferreira, atual vice-presidente da Corte.

A indicação para a vaga é de livre escolha do presidente da República, desde que requisitos sejam cumpridos, como ter mais de 35 anos e notável saber jurídico.

PRESSIONADO

Lula, contudo, era pressionado para escolher uma mulher para o posto. Publicamente, a ministra Maria Elizabeth Rocha, que assume a presidência do STM no próxima dia 12, fez um apelo nesse sentido ao presidente.

"Estou aqui clamando ao presidente, para que eu tenha uma companheira que possa, junto comigo, defender as questões de gênero. Muitas vezes, por eu ser a única na Corte, minha voz é pouco ouvida. Mas não me rendo à homogeneidade", afirmou a ministra em entrevista à CNN Brasil no dia 1º de março.

Se aprovada pelo Senado, Verônica Abdalla Sterman será a segunda mulher nomeada ministra da Corte. Maria Elizabeth Rocha foi a primeira ministra indicada ao STM desde 1808, quando o Tribunal foi criado por Dom João VI. Ela também foi nomeada pelo presidente, em 2007, para vaga destinada à advocacia.

O nome de Verônica Sterman era defendido pela primeira-dama Rosângela da Silva, a Janja, e pela nova ministra da Secretaria de Relações Institucionais, Gleisi Hoffmann.

A advogada defendeu Gleisi e o ex-marido dela, o ex-ministro Paulo Bernardo, na Operação Lava Jato.

Com informações do Estadão Conteúdo

REPRODUÇÃO



Lula com a primeira-dama, Janja (E), a advogada Verônica Abdalla Sterman e a ministra Gleisi Hoffmann

Cobra venenosa congelada no picolé

Homem comprou lanche e se deparou com o 'brinde'

Na Tailândia, um homem teve uma surpresa indigesta ao abrir um picolé de feijão preto e encontrar uma cobra venenosa congelada dentro. O incidente aconteceu em Ratchaburi, quando Rayban Naklengboon comprou o produto de um vendedor de rua e, ao desembrulhá-lo, se deparou com uma serpente preta e amarela completamente congelada.

Muitos acreditam que se trata de uma cobra-das-árvores dourada (Chrysopelea ornata), um tipo levemente venenosa comum no Sudeste Asiático. Alguns também apontaram que era um filhote, com cerca de 20 a 40 cm, enquanto um adulto pode atingir até 1,3 metros.

O sabor de feijão preto é popular na região, mas ninguém esperava que o picolé trouxesse esse tipo de 'brinde'. Os usuários brincaram com a situação. Um comentou que a comida poderia ser 'rico em proteína', enquanto outro sugeriu que a cobra poderia ser o 'ingrediente principal', já que, em outros picolés, ela seria 'moída'.

É o bicho



■ **blog:** www.odia.com.br/blog/eobicho

CRISTINA CRUZ
cristina.cruz@odia.com.br

SEU GATO PODE GOSTAR DE UM COMPANHEIRO, SABIA?

Embora tidos como solitários, é bom para os felinos conviver com outros da espécie

Quem convive com gatos sabe que eles são animais independentes, mas isso não significa que não precisem de companhia. Apesar do estereótipo de que são solitários, os felinos podem se beneficiar muito da convivência com outros da mesma espécie.

Além disso, a adoção responsável se torna um fator essencial nessa discussão. Com milhares de gatos abandonados nas ruas ou em abrigos, oferecer um lar para mais de um gato não é apenas benéfico para os animais, mas também um ato de compaixão que pode salvar vidas.

COMPANHIA: POR QUE UM GATO PRECISA DE OUTRO?

De acordo com a médica veterinária clínica, anestesista e cirurgiã de pequenos animais Bárbara Sansão, gatos que crescem ou convivem juntos tendem a ser mais equilibrados emocionalmente. "Os gatos são territoriais, mas também são sociáveis quando acostumados desde cedo com a presença de outros felinos. Ter um companheiro pode reduzir o estresse e estimular comportamentos naturais, como brincadeiras e a troca de lambidas, que fortalecem o vínculo entre eles", explica.

A interação entre gatos também pode ser uma solução para evitar problemas de comportamento. Muitos tutores percebem que seus gatos ficam entediados ou ansiosos quando passam muito tempo sozinhos. "Um gato sozinho pode desenvolver problemas como lambedura excessiva, destruição de móveis e até depressão. Quando há outro gato, eles se entretêm e têm um enriquecimento ambiental natural", acrescenta a veterinária.

Ela considera de suma importância antes de fazer a introdução de um gato ao ambiente certificar sobre a saúde do novo membro. "Realize uma consulta com o veterinário para atestar a saúde clínica, incluindo testes para as viroses felinas", aconselha.

ADOÇÃO RESPONSÁVEL: DAR UM LAR A QUEM PRECISA

Além dos benefícios para o comportamento felino, adotar mais de um gato contribui para reduzir a superpopulação de animais abandonados. Segundo dados de ONGs de proteção animal, milhares de gatos vivem nas ruas ou esperam por um lar em abrigos lotados.

A designer Patricia Marins, que adotou três gatos ao longo dos anos, reforça a importância de considerar a adoção dupla, principalmente no caso de filhotes. "Minha primeira gata foi a Pérola. Ela ficou sozinha por alguns anos, e eu percebi que ela ficava triste quando eu saía para trabalhar. Foi então que decidi adotar o Osvaldinho para fazer companhia para ela. No início, a adaptação não foi fácil, mas segui as orientações da veterinária, e logo os dois se tornaram inseparáveis. Depois, resolvi adotar o Evaristo. Passamos novamente pelo processo de adaptação e acompanhamento veterinário, e hoje eles convivem bem. Se eu pudesse, adotaria mais um", afirma a designer.

"Pérola já estava acostumada com o ambiente sozinha, por mais que ficasse triste. Claro que, quando o Oswaldinho chegou, ela estranhou no início. Depois veio o Evaristo, e a adaptação também não foi tão simples. Mas, ao mesmo tempo, não foi um bicho de sete cabeças. Com muita calma, amor e paciência tudo se ajeitou. É claro, de vez em quando tem uma briguinha, mas isso é normal até entre irmãos humanos", avalia Patrícia.

Bárbara Sansão confirma que adotar dois gatos de uma vez pode facilitar a adaptação. "Principalmente quando são irmãos ou já têm um vínculo prévio, a adoção conjunta pode evitar o estresse da separação e garantir que os gatos tenham uma referência segura no novo lar", esclarece.

A CHEGADA DE UM GATO: COMO GARANTIR BOA ADAPTAÇÃO?

Para quem já tem um gato e pensa em adotar outro, é fundamental fazer a adaptação de forma gradual. O primeiro passo é manter os gatos separados nos primeiros dias, permitindo que se acostumem ao cheiro um do outro antes do contato direto. "Trocar paninhos com o cheiro de cada gato e permitir interações controladas, como através de uma porta entreaberta, pode ajudar na aceitação mútua", orienta a veterinária.

A supervisão dos primeiros encontros e o reforço positivo também são essenciais para evitar conflitos. "Nunca force o contato. Cada gato tem seu tempo e a adaptação pode levar semanas. O ideal é observar as interações e intervir apenas se houver sinais de agressividade", complementa.

COMO FAZER A ADAPTAÇÃO ENTRE GATOS?

Receber um novo gato em casa pode ser emocionante, mas também um desafio, especialmente se já houver outro felino no ambiente. Diferente dos cães, gatos são animais territoriais e podem levar um tempo para aceitar um novo companheiro. Sem uma introdução adequada, a convivência pode se tornar estressante para ambos, resultando em brigas e comportamentos indesejados.

Para entender o processo de adaptação entre gatos e evitar conflitos, a veterinária Bárbara Sansão explica que a paciência e a técnica certa são fundamentais para garantir uma boa convivência.

SINAIS DE QUE A ADAPTAÇÃO ESTÁ FUNCIONANDO

Bárbara Sansão destaca que cada gato tem seu tempo, e o processo pode levar dias ou até semanas. Alguns sinais de que a adaptação está indo bem incluem curiosidade mútua sem sinais de agressividade, brincadeiras e até o compartilhamento de espaços sem desconforto.

Por outro lado, se houver brigas constantes, marcação de território excessiva ou sinais de estresse prolongado, pode ser necessário rever o processo e até buscar ajuda profissional.

A adaptação entre gatos exige paciência e respeito ao tempo de cada animal. Seguir as etapas corretamente pode evitar conflitos e garantir uma convivência harmoniosa. "No final, o esforço vale a pena. Muitos gatos que começaram com desconfiança acabam se tornando grandes amigos", conclui Bárbara Sansão.

DIVULGAÇÃO



A simpática Pérola, que ficava triste quando a tutora saía para trabalhar, ganhou dois irmãos para fazer companhia: Osvaldinho e Evaristo

PASSO A PASSO DA ADAPTAÇÃO

■ Segundo a veterinária, a pressa é um dos maiores erros que os tutores cometem ao tentar apresentar um novo gato. "A apresentação deve ser gradual, respeitando o tempo de cada animal. Forçar um contato direto pode gerar medo e agressividade", alerta.

1. Ambiente separado no início

■ O primeiro passo é manter o novo gato em um cômodo separado, com seus próprios recursos – caixa de areia, comida, água e brinquedos. Isso permite que ele se acostume ao novo espaço sem a interferência do outro gato.

2. Troca de cheiros

■ Depois de alguns dias, a troca de odores entre os gatos é essencial. "Você pode fazer isso trocando paninhos com o cheiro de cada um ou até esfregando uma toalha no rosto de um e depois no outro", sugere a veterinária.

3. Contato visual controlado

■ Quando ambos já estiverem confortáveis com o cheiro um do outro, o próximo passo é permitir que se vejam, mas sem contato direto. "Isso pode ser feito através de uma fresta na porta ou de uma barreira, como um portão de bebê", recomenda Bárbara.

4. Encontros supervisionados

■ Após alguns dias de interações visuais sem reações agressivas, os gatos podem ser apresentados em um ambiente aberto, mas com supervisão. "Nessa fase, é importante que o tutor esteja atento aos sinais de desconforto, como rosnados, pelos eriçados e cauda chicoteando", explica.

5. Reforço positivo

■ Sempre associe a presença do outro gato a algo positivo, como petiscos ou brincadeiras. "Isso ajuda a criar uma associação agradável e reduz a tensão", enfatiza a veterinária.

DIVULGAÇÃO



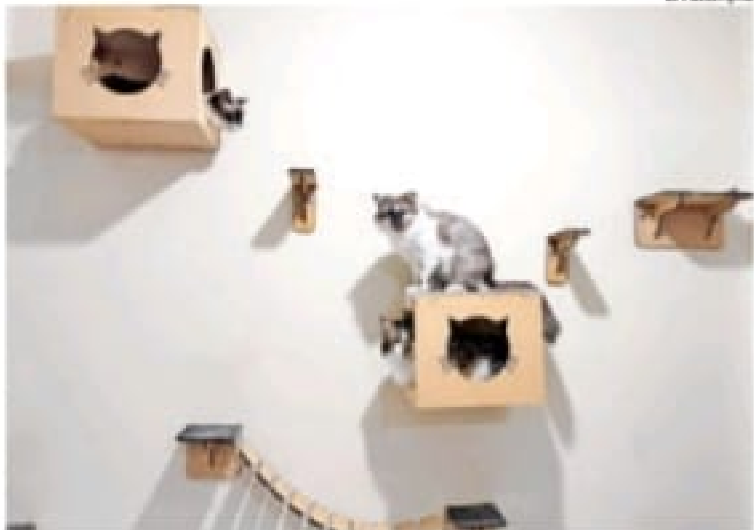
A médica veterinária Bárbara Sansão aprova a convivência entre gatos

DIVULGAÇÃO



Osvaldinho e Evaristo foram adotados e se juntaram à gatinha Pérola

DIVULGAÇÃO



Pérola, Osvaldinho e Evaristo vivem em plena harmonia no ambiente

Ataque

GALO ENCAMINHA TÍTULO MINEIRO

O Atlético-MG encaminhou o hexa do Campeonato Mineiro. O Galo goleou o América por 4 a 0, ontem, no Mineirão, pela ida da final, e pode perder por até três gols de diferença na volta. Arana, Lyanco (duas vezes) e Rony fizeram os gols

FLUMINENSE

A 90 minutos da final do Carioca

Tricolor pode perder por até três gols de diferença para o Volta Redonda, no Raulino de Oliveira, que avança para a decisão

O Fluminense está muito perto de mais uma final do Campeonato Carioca. Com a goleada por 4 a 0 na ida, no Maracanã, o Tricolor pode perder por até três gols de diferença para o Volta Redonda hoje, às 18h, no Raulino de Oliveira, que ainda assim avança à decisão. Vantagem que pode dar ao técnico Mano Menezes o 'luxo' de poupar alguns jogadores já de olho na finalíssima, que tem o primeiro jogo marcado para a próxima quarta-feira.

Depois de um início conturbado de Carioca, ficando ameaçado de não disputar a fase final, o Tricolor engatou uma sequência importante de bons resultados. São cinco vitórias seguidas, com 19 gols marcados e apenas três sofridos. Um ataque poderoso e uma defesa consistente.

Um dos principais responsáveis por essa boa fase do time é Germán Cano, que alcançou a marca de 101 gols pelo clube com os dois que marcou na vitória (2 a 1) sobre o Caxias (RS), pela Copa do Brasil. Ele também deixou o dele na ida da semifinal contra o Volta Redonda.

Ao todo, em 2025, o argentino soma dez bolas na rede em 11 jogos e é o artilheiro isolado do Fluminense. No ano passado, fez somente sete em 42 partidas. Hoje, porém, Mano Menezes pode até escolher preservar seu artilheiro de olho na decisão e optar por Everaldo como titular. Opções para o ataque que, segundo o treinador, segue em constante evolução.

"É uma sensação boa de enxergar algo que te agrada. Vamos construindo na medida que a equipe vai se afirmando para a gente conseguir se entregar mais. Estamos criando dificuldade para os adversários e virando fortes", disse.

Mesmo com a boa fase, o ataque pode até passar em branco hoje que o Fluminense ainda assim irá à final do Carioca, desde que não leve mais de três gols. Para ajudar nessa missão, o time pode ter o reforço de Thiago Silva, que já treina com bola. A escalação fica a cargo de Mano Menezes.



MARCELO GONÇALVES / FLUMINENSE

Sorridente e leve após o 4 a 0 no primeiro jogo da semifinal, Mano Menezes pode preservar alguns jogadores para enfrentar o Voltaço hoje

FICHA TÉCNICA

VOLTA REDONDA

Jean Carlos; Wellington Silva, Lucas de Carmo, Fabrício e Sanchez; Barra, Pierre, Chay, Kelvin e MV; Bruno Santos. **Técnico:** Rogério Corrêa

FLUMINENSE



Fábio; Guga (S. Xavier), Ignácio, Freytes (T. Silva) e Fuentes (Renê); Otávio, Martinelli e Arias; Serna, Cano (Everaldo) e Canobbio. **Técnico:** Mano Menezes

Local: Raulino de Oliveira. **Árbitro:** Alex Gomes Stefano (RJ). **Horário:** 18h

Ganso segue em processo de recondicionamento após leve quadro de miocardite e deve voltar apenas no início do Brasileirão

Reforço, Otávio tem um início animador

Reforço do Fluminense para a temporada, Otávio vive um bom início no time de Mano Menezes. O volante, que foi comprado ao Atlético-MG, já disputou três jogos pelo Tricolor e acumulou boas atuações.

Titular em todas as vezes em que entrou em campo, Otávio se destaca pelo alto número de passes certos (181/185). Além disso, foram 17 bolas recuperadas, com quatro desarmes e interceptações. Outra característica do volante é o aproveitamento nas bolas longas (7/8), importante em vários momentos das partidas. Os dados são do *Sofascore*.

Otávio jogou contra Caxias e Águia de Marabá, pela Copa do Brasil, e contra o Volta Redonda, pela semi do Carioca.

BRASILEIRÃO

CBF define as datas e os horários da estreia

Torneio inicia com sete duelos no dia 29. Palmeiras e Botafogo fazem a abertura

A CBF divulgou a tabela detalhada da primeira rodada do Brasileirão 2025. As partidas iniciais serão disputadas no dia 29 de março, um sábado, já com sete compromissos para abertura da competição de pontos corridos.

O jogo inaugural será disputado pelos dois últimos campeões brasileiros, Palmeiras e Botafogo. O Alviverde recebe o Glorioso às 16h30, no Allianz Parque, em São Paulo. No mesmo dia, o Fluminense visita o Fortaleza às 18h30, e o Flamengo recebe o Internacional no Maracanã, às 21h.

O Vasco, por sua vez, jogará no dia seguinte, domingo, contra o Santos de Neymar, às 18h30, em São Januário.

Uma novidade dessa primeira rodada é que dois jogos de times do Rio serão transmitidos em TV aberta. O duelo entre Botafogo e Palmeiras, no sábado, vai passar na Globo, enquanto a Record irá transmitir Vasco e Santos, no domingo.

A estreia do Flamengo, contra o Inter, vai passar no Sportv e no Premiere. Já Fortaleza e Fluminense será transmitido só pelo Premiere. A CBF ainda não divulgou datas e horários das outras rodadas.

1ª RODADA

JOGO			HORA	LOCAL
29 DE MARÇO				
Palmeiras	x	Botafogo	16h30	Allianz Parque
Cruzeiro	x	Mirassol	18h30	Mineirão
Grêmio	x	Atlético-MG	18h30	Arena do Grêmio
Bahia	x	Corinthians	18h30	Fonte Nova
Fortaleza	x	Fluminense	18h30	Castelão
Juventude	x	Vitória	18h30	Alfredo Jaconi
Flamengo	x	Internacional	21h	Maracanã
30 DE MARÇO				
São Paulo	x	Sport	16h	Morumbis
Vasco	x	Santos	18h30	São Januário
31 DE MARÇO				
RB Bragantino	x	Ceará	20h	Nabi Abi Chedid

TÊNIS

Fonseca se despede de Indian Wells

Tenista brasileiro é eliminado pelo britânico Draper, por 2 sets, a 0 na segunda rodada

O brasileiro João Fonseca, número 80 do mundo, foi eliminado ontem na segunda rodada do Masters 1000 de Indian Wells, ao perder para o britânico Jack Draper, 14º, por 2 a 0, parciais de 6/4 e 6/0, ontem. Cabeça de chave número 13 do torneio, Draper estreou na segunda rodada e eliminou o rival.

João Fonseca conseguiu mais winners na competição, as bolas vencedoras (9 a 7), mas cometeu quase o dobro de erros não forçados do que o adversário (21 a 11). O primeiro break point foi confirmado por Jack Draper no terceiro game, quando João Fonseca cometeu sua primeira dupla falta.



CLIVE BRUNSKILL / AFP

Brasileiro é dominado no segundo set e se despede da competição

O jovem brasileiro conseguiu devolver a quebra e empatar em 2 a 2. Os tenistas foram confirmando seus saques até o nono game, quando Fonseca arriscou três bolas seguidas e perdeu o saque. No início do set, ele ainda teve a chance de reagir, mas o tenista britânico conseguiu salvar break point e fechar o primeiro set em 6/4.

No segundo, Draper conseguiu quebras nos três primeiros serviços do brasileiro e abriu 5 a 0. Com o saque para fechar o jogo, Draper cometeu três duplas faltas seguidas, mas se recuperou e fechou em 6/0.

CAMPEONATO ESPANHOL

Jogo do Barça é adiado após morte

O jogo entre Barcelona e Osasuna, marcado para ontem, pela 27ª rodada do Campeonato Espanhol, foi adiado. O médico do time principal da equipe catalã, Carlos Miñarro Garcia, faleceu a menos de uma hora para a bola rolar.

"O FC Barcelona lamenta a triste notícia do falecimento do médico do time principal, Carlos Miñarro Garcia, ocorrido nesta tarde. Por esse motivo, a partida entre o FC Barcelona e o CA Osasuna fica adiada até nova data", disse o Barcelona em nota.



JOSEP LAGO / AFP

Partida seria no Estádio Olímpico Lluís Companys, que ficou vazio

O Barcelona lidera o campeonato com 57 pontos, um a frente do vice-líder Atletico de Madrid e três do terceiro colocado Real Madrid. O clube volta a campo na próxima terça-feira, às 14h45, contra o Benfica, pelo jogo de volta das oitavas de final da Liga dos Campeões.

Eufrázio

CAMPEONATO INGLÊS

Salah faz dois gols e o Liverpool vira sobre o lanterna

Reds vencem o Southampton por 3 a 1, em Anfield, e abrem 16 pontos de vantagem na liderança em relação ao Arsenal

No confronto entre líder e lanterna do Campeonato Inglês, pela 28ª rodada, deu a lógica em Anfield. Mas, ainda assim, começou com um susto para os donos da casa. O Liverpool saiu atrás do placar contra o Southampton, no acréscimo do primeiro tempo, mas virou o jogo para 3 a 1 na etapa final e deu um passo importante na disputa pelo título. Darwin Núñez e Salah, duas vezes de pênalti, garantiram a festa dos Reds. Smallbone fez para os visitantes.

Com o resultado, o Liverpool abre 16 pontos de vantagem na liderança: 70 contra 54 do Arsenal, que joga hoje contra o Manchester United, no Old Trafford. Já o Southampton segue com a pior campanha nesta edição da Premier League, com apenas nove pontos.

Diante da diferença entre os times no campeonato, o Liverpool tomou a iniciativa das ações no confronto de ontem. Mas, a posse de bola não resultava em chances de gol e, aos poucos, o Southampton conseguia ameaçar os Reds. Até que, aos 45 minutos, Van Dijk e Alisson não se entenderam na tentativa de o zagueiro proteger a bola para a saída do goleiro, e Smallbone aproveitou para abrir o placar.

Na volta do intervalo, porém, demorou apenas cinco minutos para o Liverpool levantar a torcida em Anfield. Isso porque Luis Díaz recebeu passe na ponta esquerda, invadiu a área, e cruzou rasteiro para Darwin Núñez deixar tudo igual.



Mohamed Salah agora soma 27 gols e 17 assistências em 29 partidas do Campeonato Inglês nesta temporada

O Southampton acusou o golpe, já que apenas dois minutos depois, Smallbone derrubou Darwin Núñez dentro da área. Coube ao craque Salah cobrar o pênalti e colocar os Reds em vantagem. Já aos 40 minutos, após nova disputa na área, o árbitro foi chamado no VAR para checar toque de mão do jogador do Southampton. Com a confirmação do pênalti, Salah deu números finais ao placar: Liverpool 3 a 1 e festa do líder do campeonato.

O time comandado por Arne Slot agora volta a campo na próxima terça-feira, novamente em Anfield, pela Liga dos Campeoões. Os Reds recebem o PSG pela volta das oitavas após vencer por 1 a 0 na ida.

DIVULGAÇÃO / LIVERPOOL



Mohamed Salah marca mais duas vezes e lidera artilharia do campeonato com 27 gols em 29 partidas

NOTTINGHAM FOREST MARCA NO FIM E BATE O CITY

■ O Manchester City viu a pressão aumentar ainda mais ao sofrer sua nona derrota no Campeonato Inglês. Desta vez perdeu por 1 a 0 para o Nottingham Forest, fora de casa. Hudson-Odoi fez o gol da partida aos 37 minutos da segunda etapa.

Com o resultado, o City permanece com 47 pontos, um a mais do que o Chelsea, que ocupa o quinto lugar e joga hoje contra o Leicester. Por outro lado, o Nottingham Forest alcançou 51 pontos, na terceira posição.

Pressionado pela instabilidade na temporada, o City teve mais um jogo abaixo. O Nottingham, por sua vez, se armava para o contra-ataque.

Aos 21 minutos da etapa final, o Nottingham teve grande chance com Hudson-Odoi. O atacante chutou cruzado e Ederson fez grande defesa, espalmando a bola, que ainda bateu na trave. Cerca de 15 minutos depois, o atacante tentou mais uma vez e contou com falha do goleiro: 1 a 0.

Uma beleza exuberante onde se fez a história do Rio.

Praça São Salvador - Campos dos Goytacazes

O DIA

O JORNAL QUE É A CARA DO ESTADO DO RIO

Maior cobertura editorial do Estado

Mais de 50 cidades com conteúdo exclusivo

Produzido por jornalistas locais



Acesse: odia.ig.com.br/cidades

Aponte a câmera do celular, acesse e fique bem informado.

O DIA O JORNAL DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO



CLÁSSICO DOS MILHÕES

Flamengo vence o Vasco outra vez e avança à final do Carioca

Após 1 a 0 na ida, Mengão faz 2 a 1 no Maracanã com direito ao 100º gol de Bruno Henrique pelo clube

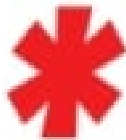
O Flamengo é finalista do Campeonato Carioca pela sétima vez consecutiva. Após vencer o jogo de ida por 1 a 0, o Rubro-Negro voltou a superar o Vasco, desta vez por 2 a 1, de virada, ontem, no Maracanã, e carimbou a vaga na decisão para enfrentar Fluminense ou Volta Redonda — adversário sai hoje. Bruno Henrique e Luiz Araújo marcaram os gols do Mengão, enquanto o português Nuno Moreira fez o único do Gigante da Colina.

Dono de 38 títulos do Campeonato Carioca, o Flamengo defende o 'cinturão' de atual campeão. Desde 2019, foram quatro títulos e dois vices — ambas para o Fluminense, adversário em quatro finais neste período, e que pode entrar no caminho do Flamengo mais uma vez este ano. Além disso, a vitória aumentou a invencibilidade rubro-negra sobre o Vasco: 10 partidas, oito vitórias e dois empates nos últimos dois anos. A última vitória dos vascaínos aconteceu no dia 5 de março de 2023.

O primeiro tempo foi animado no Maracanã. O Flamengo teve mais volume de jogo, mas o Vasco conseguiu incomodar demonstrando muita competitividade. E, assim, saiu na frente do placar e esquentou os ânimos em campo. Após uma falta boba de Léo Pereira, Coutinho levantou a bola na área e Nuno Moreira, que fez sua estreia pelo Cruzmaltino, aproveitou a sobra na segunda trave e estufou as redes de Rossi.

BRUNO HENRIQUE DECIDE

Apesar do gol sofrido, o Flamengo não sentiu o baque. O Rubro-Negro manteve o controle da posse de bola e, aos poucos, foi empurrando o Vasco para perto da própria área. Léo Ortiz quase empatou após cobrança de escanteio de De la Cruz, mas Léo Jardim salvou a equipe vascaína. Porém, o goleiro nada pôde fazer quando Bruno Henrique recebeu livre na área e chapou no canto para marcar o 100º com o manto e o 11º em cima do rival.



Com 38 títulos do Carioca, Flamengo é o atual campeão. Primeiro jogo da final já é na quarta-feira

O segundo tempo começou morno. Mesmo precisando vencer por dois gols de diferença para avançar à final do Carioca, o Vasco tentou explorar os erros do Flamengo, que tinha mais volume, só que pouco assustou o gol de Rossi. Coutinho sentiu problema muscular na virilha e foi substituído. Apesar das entradas de Payet, Loide Augusto e Garre, o Gigante da Colina se manteve inoperante ofensivamente e sequer finalizou na direção do gol em 30 minutos.

MENGÃO MATA O JOGO

Por outro lado, o Flamengo tinha a vantagem e o controle do jogo. Nem mesmo a lesão de Bruno Henrique abateu a equipe. Luiz Araújo, que entrou em campo aos 17 minutos, fez o gol da virada logo depois, aos 23.

O atacante recebeu na entrada da área, fintou Hugo Moura e bateu para estufar as redes de Léo Jardim e decretar a vaga na decisão para a euforia da Nação no Maracanã. O primeiro jogo da final já é na quarta-feira.

FICHA DO JOGO

FLAMENGO 2

Rossi; Wesley, Léo Ortiz, Léo Pereira e Varela (Alex Sandro); Pulgar, De la Cruz (Allan) e Arrascaeta (Juninho); Gerson (M. Gonçalves), Plata e Bruno Henrique (Luiz Araújo). **Técnico:** Filipe Luís

VASCO 1

Léo Jardim; P. Henrique (Puma), João Victor, Lucas Freitas e Piton; Paulinho (M. Carvalho), Hugo Moura e Coutinho (Loide); Rayan (Garre), Nuno Moreira (Payet) e Vegetti. **Técnico:** Fábio Carille

Local: Maracanã. **Árbitro:** Wagner do Nascimento Magalhães (RJ). **Gols:** 1º tempo – Nuno Moreira (22 minutos) e Bruno Henrique (36 minutos). 2º tempo – Luiz Araújo (24 minutos). **Renda:** R$ 3.779.935,00. **Público:** 55.096 presentes.

ADRIANO FONTES/CRF



Bruno Henrique comemora seu 100º gol pelo Rubro-Negro e a vaga para a final do Campeonato Carioca

tabelaçoaço

site: www.odia.com.br

RESULTADO - CAMPEONATO CARIOCA

JOGO					LOCAL
1º JOGO DA SEMIFINAL / SÁBADO					
Vasco	0	x	1	Flamengo	Nilton Santos
1º JOGO DA SEMIFINAL / DOMINGO					
Fluminense	4	x	0	Volta Redonda	Maracanã
2º JOGO DA SEMIFINAL / ONTEM					
Flamengo	2	x	1	Vasco	Maracanã

PRÓXIMOS JOGOS - CAMPEONATO CARIOCA

JOGO			HORA	LOCAL
2º JOGO DA SEMIFINAL / HOJE				
Volta Redonda	x	Fluminense	18h	Raulino de Oliveira
1º JOGO DA FINAL / QUARTA				
Venc. semi 1	x	Venc. semi 2	21h30	Maracanã
2º JOGO DA FINAL / 15 ou 16/3				
Venc. semi 2	x	Venc. semi 1	A definir	Maracanã

PRÓXIMOS JOGOS - TAÇA RIO

JOGO			HORA	LOCAL
2º JOGO DA SEMIFINAL / HOJE				
Sampaio Corrêa	x	Boavista	18h	Lourivaldão
1º JOGO DA FINAL / 12/3				
Venc. semi 2	x	Venc. semi 1	A definir	A definir
2º JOGO DA FINAL / 15 ou 16/3				
Venc. semi 1	x	Venc. semi 2	A definir	A definir

RESULTADO - TAÇA RIO

JOGO					LOCAL
1º JOGO DA SEMIFINAL / SEXTA					
Boavista	0	x	0	Sampaio Corrêa	Bacaxá
2º JOGO DA SEMIFINAL / ONTEM					
Nova Iguaçu	1	x	2	Madureira	Laranjão

BOTAFOGO

Diretoria encaminha a renovação com o goleiro John até o fim de 2028

O Botafogo garantiu mais um ano de permanência de um de seus destaques na vitoriosa temporada de 2024, o goleiro John. Com o novo acordo, o vínculo do arqueiro vai até dezembro de 2028. Antes, portanto, se encerraria em 2027.

Peça-chave nas conquistas do Campeonato Brasileiro e da inédita Copa Libertadores na última temporada, o goleiro também ganhou um substancial aumento salarial.

John chegou ao Botafogo no início de 2024 para reforçar a posição após a saída de Lucas Perri para o Lyon, da França. O Alvinegro investiu 1,5 milhão de dólares (aproximadamente R$ 7 milhões) na contratação do jogador, que se tornou um dos pilares da equipe.

Em sua trajetória pelo Botafogo, John soma 58 jogos. No fim da última temporada, ele entrou na mira de clubes europeus e a diretoria da SAF chegou a rejeitar propostas de venda pelo jogador.

VÍTOR SILVA / BOTAFOGO



Campeão do Brasil e da América defendendo o gol do Alvinegro, John teve contrato renovado até 2028

REFORÇOS PARA O BRASILEIRO

Contratado neste ano pelo Botafogo, Nathan Fernandes avançou na recuperação de uma lesão muscular na coxa esquerda. Comprado junto ao Grêmio em transação que pode atingir aproximadamente R$ 57 milhões, o atacante está em transição para o campo. Ele havia se machucado na disputa do Sul-Americano sub-20, conquistado pela seleção brasileira, e deve estrear pelo Glorioso no Brasileirão, contra o Palmeiras, no próximo dia 29, às 16h30, no Allianz Parque.

Outro jogador que avança na recuperação é o zagueiro Bastos, que já trabalha com bola no CT Lonier. Longe dos gramados há um mês por causa de uma lesão no joelho esquerdo, ele também deve ficar à disposição de Renato Paiva contra o Palmeiras.

JOGO-TREINO MARCADO

O Botafogo marcou um jogo-treino contra o Cruzeiro para o próximo sábado, às 17h, no Nilton Santos, a princípio sem torcida. Será o primeiro teste de Renato Paiva no Alvinegro.

Eufrázio

DMULHER

Após o sucesso da personagem Rita, na série 'Sintonia', Bruna Mascarenhas se empenha em projeto audiovisual e festivais de cinema.

Págs. 4 e 5

NOVOS DESAFIOS

GUSTAVO BARROS UEHARA / DIVULGAÇÃO



GardêniaCavalcanti

E-MAIL:
gardeniacavalcanti@odia.com.br
INSTAGRAM:
@gardeniacavalcanti
site: https://odia.ig.com.br/odiad/gardenia

LIMPEZA NATURAL

Pós-Carnaval: dicas para desintoxicar o organismo depois da folia

DIVULGAÇÃO



Blocos de rua embaixo do sol, excesso do consumo de bebidas alcoólicas e alimentação baseada em fast-foods são apenas algumas características da rotina de 4 dias de folia entre os brasileiros. Mas algumas estratégias podem ajudar a otimizar a limpeza natural do organismo.

"Após dias de festa, muitas pessoas sentem a necessidade de limpar o organismo e retomar hábitos mais saudáveis. No entanto, o conceito de detox deve ser entendido de maneira realista, baseado na fisiologia do corpo. A desintoxicação do organismo ocorre naturalmente pelo fígado, rins, intestino, pulmões e pele", explica a nutricionista Bruna Makluf, da WeFit.

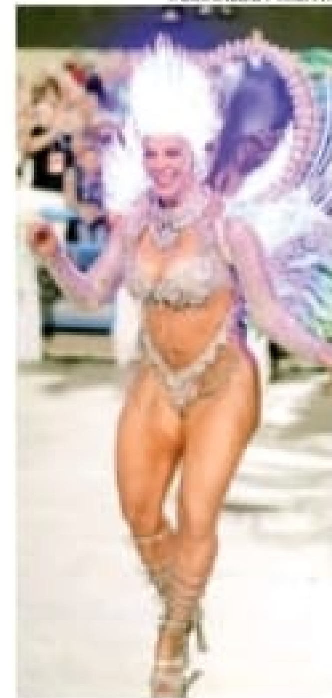
O fígado é capaz de filtrar e metabolizar as substâncias tóxicas, transformando-as em compostos eliminados pela urina, fezes e suor. "Não existe um alimento milagroso que faz uma limpeza no organismo, porém, para otimizar esse processo, o ideal é consumir alimentos naturais, ricos em fibras, água e antioxidantes, que auxiliam na digestão e absorção de nutrientes, como as folhas verdes escuras, ricas em antioxidantes e clorofila, ajudam na eliminação de substâncias tóxicas. As frutas cítricas, como o limão, a laranja e a acerola, auxiliam na produção de enzimas digestivas e na imunidade. Enquanto os chás naturais, entre eles os verdes, de hibisco e de cavalinha, têm ação diurética e antioxidante. Já a água de coco ajuda na hidratação e reposição de eletrólitos", recomenda.

BELEZA DA ALMA

"Ninguém conseguiria manter a ordem sem a justiça, mas ninguém constrói a paz sem amor". (Emmanuel)

Paolla é lição de vida, leveza e energia

REGINALDO PIMENTA



> Este Carnaval marcou a despedida de Paolla Oliveira do cargo de Rainha de Bateria da Grande Rio, minha escola de coração. Essa moça carismática e cheia de graça é mais do que um nome. Ela é presença, energia e, acima de tudo, uma lição viva de que a leveza é revolucionária. Em um mundo onde tudo parece pesado, onde os julgamentos são constantes e onde as mulheres ainda precisam provar sua competência todos os dias. Paolla desfilou, nesses sete anos de reinado, com garra, entrega e com uma verdade que só quem vive de coração aberto consegue ter.

Ela foi questionada, criticada, julgada – como tantas de nós somos e, infelizmente, por outras tantas mulheres que nadam contra a maré da evolução. Mas ao invés de se abalar, ela respondeu da melhor forma possível: sendo impecável na avenida, entregando um espetáculo e mostrando que a beleza real vai muito além de padrões.

Paolla não sai da Grande Rio, porque sua essência fica. Seu brilho, sua força e sua mensagem de que devemos ser quem somos, sem medo, sem ceder à negatividade do mundo, seguem ecoando. Ela nos mostrou que, para reinar, basta ser de verdade.

Obrigada, Paolla! Por nos lembrar que leveza não é fraqueza, e sim resistência.

Garra, aliás, eternizada na Sapucaí com a imagem icônica da mulher que virou onça.

Eufrázio

DIVULGAÇÃO

PEQUENAS MUDANÇAS DIÁRIAS PODEM AJUDAR O FÍSICO E O EMOCIONAL

Saiba como restaurar sua disposição depois da longa MARATONA CARNAVALESCA

ISABELLE ROSA
isabelle.rosa@odia.com.br

Depois de dias intensos de folia, consumo excessivo de álcool e noites mal dormidas, o corpo sente os impactos do Carnaval e precisa se recuperar. Entretanto, com pequenas mudanças nos hábitos diários, como fazer alimentações balanceadas, colocar o sono em dia e se reidratar, é possível restaurar a disposição e evitar complicações na saúde.

Além dos cuidados físicos, a saúde emocional merece atenção. A psicóloga Débora Queiroz explica que a depressão pós-Carnaval ocorre devido às oscilações neuroquímicas no cérebro, causadas pela queda dos neurotransmissores do prazer e pela mudança repentina de um ambiente altamente estimulante para a rotina diária. "Durante o Carnaval, há uma intensa liberação de dopamina e serotonina, associadas ao prazer e à euforia. Quando a festa termina, esses neurotransmissores caem abruptamente, o que pode gerar apatia, cansaço e falta de motivação", esclarece.

Para minimizar esses efeitos, a volta para a 'vida normal' deve ser feita de maneira gradual alinhada com outros fatores. "Alimentos ricos em triptofano, como banana, nozes e chocolate amargo, ajudam na produção de serotonina e melhoram o humor. Além disso, planejar novos momentos de lazer e estabelecer metas a curto prazo pode evitar a sensação de vazio pós-folia", sugere.

Para desintoxicar o corpo, a nutricionista Fernanda Pucci aconselha ingerir água, sucos naturais e água de coco, além de incluir alimentos ricos em fibras e antioxidantes no cardápio. "O ideal é apostar em frutas cítricas, vegetais de folhas verdes e chás diuréticos, como hibisco e cavalinha, que ajudam na eliminação de toxinas e reduzem a retenção de líquidos", explica.

Ela também recomenda consumo de alimentos que auxiliam na desintoxicação hepática, como chá-verde, gengibre, cúrcuma e sucos naturais de beterraba e limão para eliminar os efeitos do consumo excessivo de álcool e açúcar, que sobrecarregam o fígado e contribuem para o inchaço e a fadiga. "Esses ingredientes têm propriedades anti-inflamatórias e ajudam o fígado a eliminar toxinas de forma mais eficiente", afirma.

METABOLISMO E IMUNIDADE

Outro ponto importante é colocar o sono em dia, já que as noites mal dormidas afetam o metabolismo e a imunidade. "O ideal é criar uma rotina de sono regular, dormindo e acordando no mesmo horário todos os dias. Evitar cafeína à noite e reduzir o uso de telas ajuda a regular os ciclos naturais do organismo", orienta a endocrinologista Stephanie Konzen. Retomar a rotina de exercícios também é indicado. "Não é necessário voltar com treinos intensos logo nos primeiros dias. Uma caminhada ao ar livre, alongamento ou exercícios leves já são suficientes para melhorar a disposição".

CUIDADOS INTENSIFICADOS

A influenciadora digital Adriana Müller conta que costuma a dar uma "atenção extra" à saúde depois da maratona carnavalesca. "A pele precisa de hidratação a mais depois de tanto sol e vento, costumo usar cremes com vitamina e ácido hialurônico. Uma esfoliação ajuda a dar uma renovada. O cabelo também merece atenção, sol demais resseca e quebra os fios... Dormir bem e manter uma alimentação equilibrada ajudam a recuperar a energia. E água, muita água, para reidratar o organismo! Por fim, os pés, que aguentaram a folia, merecem um descanso: um bom creme e uma massagem aliviam o desconforto".



Adriana Müller adota cuidados extras com a saúde após o Carnaval

Eufrázio

Bruna Mascarenhas encerra ciclo e celebra sucesso



Após cinco temporadas na Netflix, série 'Sintonia' chegou ao Top Global da plataforma de streaming

LETÍCIA MONTREZOR
leticia.pereira@odia.com.br

Natural de Niterói, na Região Metropolitana do Rio, Bruna Mascarenhas ganhou notoriedade ao interpretar Rita, na série 'Sintonia', disponível na Netflix. Aos 30 anos, a atriz, que atualmente mora em São Paulo, se despede da personagem após cinco temporadas e celebra o sucesso da produção, reconhecida dentro e fora do Brasil, chegando ao Top Global da plataforma de streaming.

Ao longo da trama, criada por KondZilla, Rita viveu altos e baixos. Amiga de Doni (Jottapê) e Nando (Christian Malheiros), a jovem da periferia vendeu produtos roubados no metrô, encontrou apoio na fé, se aventurou na política e, por fim, se tornou advogada.

Bruna comenta que tem pontos em comum com a personagem. "A Rita é muito ponta firme com os amigos, com as pessoas que ela ama. Tem garra, vontade de crescer na vida, de se desafiar. E é impulsiva, né? (risos) Um traço bem em comum nosso. A gente tem uma vontade de resolver", frisa.

Os desafios para dar vida à jovem foram inúmeros.

"Primeira temporada teve o sotaque, o pouco tempo para pegar tudo, a minha entrada no audiovisual; na segunda teve meu estudo sobre a igreja evangélica, com direito a devocional e leitura de Bíblia, acho que a cada temporada foi se somando um novo desafio. Fora o desafio comigo mesma, para melhorar a cada temporada. Ela teve muitos arcos diferentes, é bonito ver ela encontrando seu caminho".

Mascarenhas também teve a consultoria de uma psicóloga para retratar as crises de ansiedade da protagonista, nesta última temporada. "Ela esteve com a gente em alguns ensaios onde pontuávamos todas as cenas de ansiedade, cada uma tinha um grau diferente de intensidade. Fomos entendendo a linha tênue entre uma crise de ansiedade e uma de pânico. Eu fico muito feliz que no final a personagem tenha entrado para a terapia. A gente poder falar disso, desse lugar de ajuda, acho que traz uma reflexão para a galera".

Com realizações profissionais e uma trajetória de autoconhecimento, o final de Rita agradou à atriz. "A Ritinha sacrificou algumas coisas importantes para ela em prol do outro. E que legal que ela é parceira, e pode ser, mas ela também precisava se enxergar primeiro. Acho que esse é um dos grandes ensinamentos. Ela entra para terapia, começa a cuidar da sua saúde mental, olhar para sua própria história. É clichê, mas é verdade, a gente precisa olhar para o nosso passado, para entender o nosso presente", analisa.

GUSTAVO BARROS UEHARA / DIVULGAÇÃO



'Ela marcou minha história'

> Com o fim de 'Sintonia', Mascarenhas compartilha o impacto da produção em sua vida artística. "A gente cria esse elo com nosso personagem, que é uma coisa de doido. Vou sentir saudade, sei que ela marcou minha história. Me sinto orgulhosa do nosso caminho até aqui e preparada para que novos personagens entrem na minha vida e me impactem assim como ela", diz a atriz, que amadureceu durante este trabalho.

"Você ter a possibilidade de construir e aprofundar uma personagem por tantos anos é um presente desafiador. A série como um todo amadureceu, nessa última temporada ela está muito mais densa, com conflitos ainda mais adultos e intrínsecos. Estou muito feliz e realizada, orgulhosa da caminhada dela, e da minha. Tenho ainda muita coisa para aprender, mas com certeza levo com muito carinho todos os ensinamentos vividos nesse projeto", acrescenta.



A Rita é muito ponta firme com os amigos, com as pessoas que ela ama. Tem garra, vontade de crescer na vida"

BRUNA MASCARENHAS, atriz

Novos projetos

Agora, a artista se prepara para novos desafios. "Estou em negociação num projeto audiovisual, ainda para esse primeiro semestre. Em paralelo, vou participar de dois festivais de teatro em março, com a peça 'Um Clássico: Matou a Família e Foi ao Cinema'", lista.

Bruna também está envolvida com dublagens e um projeto social voltado para adolescentes de comunidades, oferecendo aulas de TV e cinema. "A verdade é que eu quero passar por tudo que o cinema e o audiovisual podem me proporcionar. Quero personagens que me instiguem, que tragam reflexão para as pessoas, que sejam humanizados, que passem por desafios, que errem, que acertem. Quero passar por filmes, séries, novelas. Tudo que eu puder experimentar e me desafiar, estou dentro".

Ela enfatiza, por fim, a necessidade de ampliar a representatividade no audiovisual brasileiro. "A gente ainda precisa investir muito mais no audiovisual brasileiro para que possamos conhecer ainda mais o nosso próprio país, nossa cultura, para que as pessoas possam olhar para a tela e se identificar. Eu vi de perto como 'Sintonia' impactou as pessoas, em especial quem vive na mesma realidade dos personagens. O quanto gera reflexão, o quanto as pessoas se sentem representadas e como isso é potente para a autoestima de um povo. Eu acredito que passos estão sendo dados, mas a caminhada ainda é longa."



A gente ainda precisa investir muito mais no audiovisual brasileiro para que possamos conhecer ainda mais o nosso próprio país"

BRUNA MASCARENHAS, atriz

NOVELAS

GAROTA DO MOMENTO

18h25 | GLOBO | 12 anos

DIVULGAÇÃO / TV GLOBO



SEGUNDA
Sérgio acompanha Beatriz à delegacia. O delegado confronta Beatriz sobre o suposto roubo do colar. Glorinha informa a Beto (foto) sobre a possibilidade de Beatriz ser presa.

TERÇA
Carmem decide ir para o Rio de Janeiro. Beto acode Beatriz. A polícia chega à casa de Carmem. Basílio confronta Maristela e Juliano sobre a prisão de Beatriz.

QUARTA
Cássio é convocado a depor na delegacia. Beto e Basílio confrontam Cássio. Ronaldo desconfia dos ciúmes de Lígia. Cássio ameaça a família Alencar.

QUINTA
Maristela garante a Cássio que resolverá a situação do roubo do colar. Anita e Alfredo oferecem um jantar para reunir Marlene e Raimundo. Beatriz recebe liberdade provisória e deixa a delegacia.

SEXTA
Beatriz é apoiada por sua família e amigos. Zélia e Basílio planejam acabar com a Juliano e a Perfumaria Carioca. As clientes de Glorinha deixam o salão ao ver Beatriz chegar.

SÁBADO
Beatriz e Glorinha agradecem o apoio de Vera e das mulheres. Zélia se oferece para ser secretária de Juliano.

VOLTA POR CIMA

19h40 | GLOBO | 12 anos

TV GLOBO / FABIO ROCHA



SEGUNDA
Jão tenta falar com Madalena (foto) sobre o relacionamento deles. Silvia vê a troca de olhares entre Madalena e Jão e fica incomodada.

TERÇA
O advogado explica para Osmar quando ele tomará posse dos bens de Violeta. Osmar e Tati se impressionam com o valor da conta de Violeta. Marco conhece Ruth. Silvia decide terminar com Jão.

QUARTA
Tati se revolta com Violeta por ter se recusado a deixar Osmar devolver o dinheiro para sua família. Osmar pensa na separação de Madalena e Jão.

QUINTA
Tati percebe que Osmar esconde algo. Osmar pergunta quando Cacá contará para Jão que ele não é o pai do filho que ela espera. Osmar procura seu gerente no banco.

SEXTA
Osmar faz o pedido de transferência do valor que deve a Doralice. Marco garante a Violeta que Osmar não a ama. Jão desconfia de um esquema na Viação Estelar.

SÁBADO
Jão descobre uma discrepância na folha de pagamento dos funcionários da viação. Osmar transfere o valor que deve a Doralice, e avisa a Madalena que Jão não é o pai do filho que Cacá está esperando.

A CAVERNA ENCANTADA

20h30 | SBT | Livre

SBT / LOURIVAL RIBEIRO



SEGUNDA
Na Festa da Primavera, Anna, Manu e Isadora pegam Lavínia no flagra tentando quebrar a placa em homenagem à família Salvatore. Elisa planeja atacar Pilar, mas acaba sendo alvo do seu próprio plano.

TERÇA
Depois de Isadora brigar com Lavínia, Norma pede que Lavínia castigue a colega. Em troca de preservar Isadora do castigo, Lavínia pede a Anna a pedra mágica, e ela entrega.

QUARTA
Na sala da direção, Norma avisa Gabriel (foto) e Pilar que eles não podem namorar. Shirley e Wanda cobram Norma por permitir que Lavínia castigue Isadora. Os Pequenotts entram na caverna para pegar um pedaço da flor e examiná-la.

QUINTA
Dodô revela a Anna que Moleza está entrando escondido na caverna com os Pequenotts, e Anna fica chateada por Moleza estar mentindo. Lavínia e Flora pedem a ajuda de Elisa para encontrar a outra metade da pedra de Anna.

SEXTA
Moleza chora por ser responsável por abalar a amizade com Anna. Lavínia encontra o mapa que leva ao ponto onde a pedra mágica foi encontrada por Anna.

MANIA DE VOCÊ

21h20 | GLOBO | 14 anos

TV GLOBO / MARCOS SERRA LIMA



SEGUNDA
Molina pede perdão a Luma e tenta convencê-la a ser sua cúmplice contra Mavi e Viola. Luma acusa Mavi de tê-la traído novamente. Luma sela sua parceria com Molina.

TERÇA
Mavi fica surpreso ao saber por Luma que Iberê descobriu que Molina e Julius Eyer são a mesma pessoa.

QUARTA
Mavi não acredita que Molina está vivo. Luma propõe marcar um encontro com Molina para provar a Mavi que o pai está vivo. Mavi observa Luma conversando com Molina.

QUINTA
Molina garante a Luma que deu dinheiro para Iberê deixar o país. Luma declara seu amor por Mavi. Mavi pressiona Mércia sobre tê-lo feito acreditar que havia matado Molina.

SEXTA
Mércia nega a Mavi que Molina esteja vivo. Luma pressente que ela e Mavi podem estar na mira de Molina. Luma chega ao cativeiro onde está Mércia (foto).

SÁBADO
Luma deixa Mércia no cativeiro. Molina fica sabendo por Maureta que Luma esteve com Mércia. Luma implora ajuda a Magda para capturar Molina.

Eufrázio

PASSATEMPOS

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

(?) estática: acumula-se no pente quando nos penteamos (Fís.)
Voltar a mostrar
Rio que faz a divisa natural entre MG e RJ
(?) Láctea, a galáxia na qual se localiza o Sistema Solar
Organização empresarial de, no mínimo, 20 pessoas (BR)
Programa do governo Lula
De peso ínfimo
V
I
Planta típica da Mata Atlântica
Ivan Lins, compositor da MPB
Amapá (sigla)
A
Cachaça ruim
Primeiro país a legalizar a eutanásia
Roceiro (bras.)
Cama de 2 andares
O mundo, antes da Criação (Bíblia)
Botequim
Pintor surrealista espanhol
"(?) Monde", jornal parisiense
Aids, em Portugal
(?) Martin, parceiro de Jerry Lewis
Os raios que favorecem o aparecimento do câncer de pele
Nota do Tradutor (abrev.)
Organizar (uma viagem)
Goleiro da Seleção na Copa de 2006

www.coquetel.com.br

@Revistas COQUETEL

BANCO 3/aca. 4/dean — sida. 8/bromélia — planejar.

SUDOKU

1	9						5	8
2	3						6	7
			2		5			
		6	8	4	3	9		
			7		2			
		2	5	6	1	3		
			1		8			
3	5						1	9
8	4						3	2

INSTRUÇÕES: *Preencha os espaços vazios com algarismos de 1 a 9, de modo que cada número apareça uma vez na linha. O mesmo em cada coluna. Nenhum número pode se repetir e todos de 1 a 9 se encontram presentes.*

SOLUÇÕES

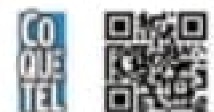
1	9	4	3	7	6	2	5	8
2	3	5	4	8	9	1	6	7
7	6	8	2	1	5	4	9	3
5	7	6	8	4	3	9	2	1
4	1	3	7	9	2	5	8	6
9	8	2	5	6	1	3	7	4
6	2	9	1	3	8	7	4	5
3	5	7	6	2	4	8	1	9
8	4	1	9	5	7	6	3	2



SEUS PASSATEMPOS PREFERIDOS SEM SAIR DE CASA

#FaçaCoquetel /editoracoquetel @coquetel

ASSINE AGORA! www.coquetel.com.br





HORÓSCOPO

ÁRIES
21/3 A 20/4

■ Dia de boa energia! Curta a família, rememore o passado e recarregue as energias em casa. No amor, prepare-se pra diversão em dose dupla. COR: VERDE-CLARO.

TOURO
21/4 A 20/5

■ Dia animado te aguarda! Coloque planos de passeio em prática, converse com amigos e esteja aberto a um novo amor. Cuidado com os ciúmes. COR: LILÁS.

GÊMEOS
21/5 A 20/6

■ Possibilidade de recuperação financeira tá no horizonte. Prepare-se pra momentos divertidos e animados no amor. O romance tá no ar! COR: AMARELO-OURO.

CÂNCER
21/6 A 22/7

■ Você pode começar o dia com mais energia pra curtir seus passatempos preferidos. Já o romance promete momentos descontraídos. COR: VERDE-ESMERALDA.

LEÃO
23/7 A 22/8

■ O desejo de ficar no seu canto, recarregando as baterias, tem tudo para crescer. Também vai sobrar confiança para se divertir com quem ama. COR: AMARELO.

VIRGEM
23/8 A 22/9

■ O astral será perfeito pra curtir os amigos e os astros prometem um astral mais leve durante o dia. O amor conta com momentos animados. COR: AMARELO.

LIBRA
23/9 A 22/10

■ Cuide do seu corpo e adote estilos diferentes. À noite, um clima perfeito tá reservado para você com os amigos. Aproveite para mostrar seu charme! COR: ROSA.

ESCORPIÃO
23/10 A 21/11

■ O bom humor é garantido ao interagir com pessoas queridas. Se seu coração está livre, um novo amor pode surgir. À noite, o romance se solidifica. COR: PRETO.

SAGITÁRIO
22/11 A 21/12

■ Aproveite a vibe de renovação para transformar seu espaço. Cuide do seu corpo e livre-se dos velhos hábitos. Espere encantos inesperados no amor. COR: BEGE.

CAPRICÓRNIO
22/12 A 20/1

■ O dia promete ser um dia radiante para relações! Explore oportunidades de conhecer novas pessoas. Prepare-se para uma noite apaixonada. COR: LILÁS.

AQUÁRIO
21/1 A 19/2

■ As estrelas favorecem a saúde e até mudanças pequenas serão importantes pra você conquistar um estilo de vida saudável. O amor tá protegido. COR: SALMÃO.

PEIXES
20/2 A 20/3

■ A Lua garante que você conta com uma dose extra de charme. O romance está no ar e há sinal de ótimos momentos, mas a rotina dá as caras à noite. COR: BRANCO.

LETÍCIA MONTREZOR
leticia.pereira@odia.com.br

Caroline Dallarosa estreia como escritora

Atriz aborda dilemas e amor em seu primeiro livro, 'De Coração', que tem previsão de lançamento no primeiro semestre de 2025

Conhecida pelos papéis em 'Malhação - Toda Forma de Amar' e 'Além da Ilusão', da TV Globo, Caroline Dallarosa vai estrear em breve como escritora. Seu primeiro livro, 'De Coração', previsto para ser lançado no primeiro semestre de 2025, traz a história de Anne, uma jovem que tem sua rotina virada de cabeça para baixo quando começa a receber cartas anônimas e se vê obrigada a repensar sua vida, enfrentando dilemas e emoções intensas.

"Sempre acreditei no amor, daqueles intensos mesmo, sabe? Sempre gostei muito de ler e assistir romances, então pensei: por que não criar o meu próprio romance?. 'De Coração' vem trazendo um pouco da realidade com as quais quase todo mundo vai se identificar, uma grande história de amor, cheia de mistérios e reviravoltas", explica a paraense de 27 anos.

A mensagem que a escritora deseja passar é de amor. "Quero que as pessoas entendam que é normal ter problemas aos vinte e poucos anos, que esses problemas são reais e não devem ser tolidos ou minimizados. Mas, ao mesmo tempo, quero que elas acreditem no amor da mesma forma que os livros me fizeram acreditar", destaca Caroline, que já pensa no segundo livro.

"Sou capricorniana e determinada, já escrevi deixando o gancho para o segundo livro. Na verdade, já tenho até o desfecho dele", brinca.

Adaptações da história para outros meios são possíveis. "Já escrevi pensando nisso (risos). Uma atriz já imagina seu livro sendo um sucesso e podendo atuar nele. Um dos pontos da personagem foi justamente colocar algumas características minhas para, se um dia virar filme, eu poder fazer o teste (risos)", revela Dallarosa.

CAMILA CARDOSO / DIVULGAÇÃO



Atriz diz que todos vão se identificar com a história da personagem Anne

FENÔMENO DO TIKTOK

Além da trajetória na televisão e agora na literatura, a artista também conquistou um espaço significativo nas redes sociais, especialmente no TikTok, onde acumula 2,7 milhões de seguidores. Com um conteúdo bem-humorado e espontâneo, ela compartilha aspectos de sua rotina.

"Comecei a 'brincar' com o TikTok. Quando percebi que dava dinheiro me empolguei ainda mais com o retorno e passei a compartilhar mais. Acho que as pessoas gostaram porque mostro a realidade da vida, como eu limpando banheiro e os dias em que estou triste, mas, claro, sem perder o humor e sempre destacando o lado bom também", conta.

Outro tema recorrente em suas redes é a experiência como madrasta de quatro crianças. "As crianças não moram comigo. O bordão 'madrasta de 4' surgiu porque, sempre que eu comentava que tinha quatro enteados, as pessoas ficavam surpresas, então comecei a brincar com isso. Mesmo amando meus enteados e tendo uma ótima relação com eles, não quer dizer que seja fácil. Mas tudo é um processo, e acho que as pessoas gostam de acompanhar isso".

DESEJO DE SER MÃE E EXPOSIÇÃO DA INTIMIDADE

Quando o assunto é a possibilidade de ter filhos biológicos, Caroline revela um lado mais pessoal. "Antes de conhecer o Solano, meu marido, eu queria (ter filhos). Depois que conheci o trabalho que dá, pensei se era isso mesmo o que eu queria. Gostaria de criar meu filho em uma fazenda, respeitando os animais, fazendo ele acreditar em fantasias. Acredito que seria uma boa mãe, então, por que não, né?".

A influenciadora também comenta a decisão de expor parte da vida nas redes sociais e como lida com as opiniões alheias. "Acredito que, quando você abre sua vida, está sujeita a receber tanto elogios quanto críticas. Muita gente questiona algumas das minhas escolhas, em vários âmbitos, mas qual seria a graça se todos fossem iguais? Acho que é isso: deixar que as pessoas tenham suas opiniões e tirem conclusões, que muitas das vezes, não são verdadeiras, seja através de um vídeo ou algo assim que gere suposições, mas que isso não defina nunca quem você é, o que sente no seu coração e o que quer e acredita".

FUTURO

Entre tantos interesses, Caroline nutre uma paixão antiga pela arqueologia e tem planos de se aprofundar no assunto. "A paixão pela arqueologia sempre existiu. Na verdade, quero fazer uma pós em egiptologia. Desde criança, sou fascinada pelas questões do Egito, já até visitei o país, e isso aflorou ainda mais meu amor". Sobre os projetos futuros, ela faz mistério: "Esse ano vai ser muito próspero. Tenho uma filosofia: só falo depois que tiver concretizado. Quando eu puder falar sobre os projetos deste ano, volto aqui e conto!".